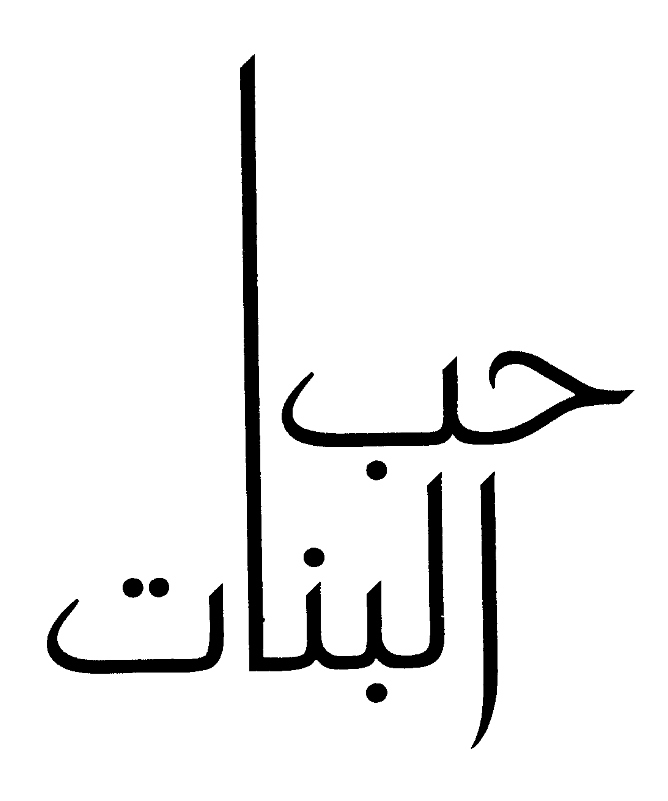


حب البنات

محمد كامل



الحرية للنشر والتوزيع




حب
البنات
محمد كامل

حب البنات

المؤلف:

محمد كامل ـ إيهاب كمال

الناشـــر



للنشر والتوزيع

3 ميدان عرابى ـ القاهرة

تليفون: 01223877921 ـ 01112227423

فاكس: +20225745679

darelhorya@yahoo.com

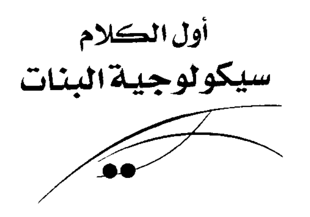
التنفيذ الفنى



رقم الإيداع: 2012/19561

الترقيم الدولى: 978-977-5832-67-2

أول الكلام
سيكولوجية البنات



بدا لى فى أول الأمر أن الكتابة عن سيكولوجية المرأة (الطبيعة النفسية لها) لا يحتاج سوى عودتى إلى أرشيف جلسات العلاج النفسى التى أتاحت لى كثيرا رؤية هذا المخلوق اللغز بلا أقنعة أو بأقل قدر ممكن من الأقنعة ثم أربط هذه الرؤى الميكروسكوبية التحليلية برؤيتى للمرأة فى الحياة اليومية بالعين المجردة وبذلك تكتمل الصورة ونصل إلى كلمة السر التى تفتح لنا دهاليز هذا الكيان المحير.

وسوف يتم هذا من خلال عدة مفاتيح بسيطة نذكرها فيما يلى:

التكشف البيولوجى مقابل التستر النفسى:

لا يمكن فهم المرأة نفسيا إلا من خلال فهمها بيولوجيا فعلى الرغم من غموض المرأة نفسيا فهى شديدة الوضوح بيولوجيا بمعنى أن التكوين البيولوجى فاضح لها مهما حاولت إخفاءه فهى أضعف عضليا من الرجل على وجه العموم وفى حالة بلوغها يسيل دم الدورة الشهرية معلنا بدء الحدث فى وضوح ويتكرر ذلك الإعلان مرة كل شهر مسبوق ومصحوب ومتبوع بتغيرات جسدية ونفسية لا يمكن إخفاءها والتركيب الجسمانى للمرأة بعد البلوغ يعلن عن نفسه بشكل واضح من خلال بروزات واضحة فى أماكن مختلفة من الجسم والحمل يكون ظاهرا بارزا بعد الشهر

الرابع والولادة مصحوبة بألوان شتى من الألم والصراخ والنزف والأطفال كائنات ظاهرة وملتصقة بآلام تعلن أمومتها فى صراحة ووضوح وحين تصل المرأة إلى سن الشيخوخة أو قريب منها تظهر الترهلات والتجاعيد بشكل أكثر وضوحا مما يظهر فى الرجل.

وكرد فعل طبيعى لهذا الفضح البيولوجى تميل المرأة - السوية - إلى التخفى والتستر وما الخجل الفطرى لدى المرأة رغبة حقيقية فى الابتعاد عن العيون الفاحصة المتأملة لتلك المظاهر البيولوجية الكاشفة ومن هنا يبدو حجاب المرأة ملبيا لذها الاحتجاج الفطرى النفسى للتستر أما محاولات التعرى لدى النساء فأنها غالبا بإيعاز من الرجل ورغبة فى إرضائه أو جذب انتباهه أى أن التعرى ليس صفة أصلية فى المرأة السوية.

وربما تكون صفة التستر قناعا يخفى حقيقة المرأة البيولوجية ومشاعرها عن العيون وخاصة إذا بالغت المرأة فى استخدامها وربما يكون هذا هو أحد أسباب غموض المرأة وكونها لغزا.

ويتبع صفة التستر صفة أخرى تبدو مناقضة لها لكنها فى الحقيقة مكملة إياها وهذه الصفة هى التظاهر فالمرأة لا تكتفى بالتستر ولكنها تريد أن تزين ظاهرها وتجمله ليتلهى به كل ناظر إليها فلا يستطيع التلصص إلى دخائلها بسهولة ومن هذا نفهم ولع المرأة الفطرى بأدوات الزينة والتجمل واستعمال الروائح العطرية ولا يتوقف التظاهر عند المستوى الجسدى أو المادى فقط وإنما يمتد إلى المستوى النفسى فيتمثل فى ميل المرأة إلى الكذب المتجمل بمعنى إنها تميل إلى إعطاء صورة افضل عن نفسها تخفى بها أشياء وتظهر أشياء وهى أن بالغت فى عمليتى التستر والتظاهر تصبح خادعة ومخدوعة فى نفس الوقت فهى

تكون قادرة على خداع الرجل بظاهرة (المخالف كثيرا لباطنها) وتكون أيضا مخدوعة لأنها بمبالغتها فى لبس القناع تصبح بعيدة عن مشاعرها الحقيقية وعن ذاتها الأصلية فتصدق ما صنعته من وسائل التمويه.

والمرأة لا تحتاج فقط إلى ستر تكوينها لبيولوجى والتظاهر بخلافة وإنما تحتاج ذلك أيضا فى مواجهة مشاعرها وعواطفها فقد خلقت بطبيعة جياشة لتكون مناسبة لمواكبة حاجات الأب والزوج والأبناء وهذه الطبيعة تتسم بالسيولة العاطفية والتى تتبدى فى التغير السريع فى المشاعر وفى حرارة هذه المشاعر مقارنة بالرجل وهذه السيولة العاطفية يكمن خلفها تركيبات عصبية وإفراز هرمونية تجعلها قوة دافقة تخشى المرأة خطرها ولذلك تحاول جاهدة إخفاء جزء كبير من مشاعرها وربما أظهرت مشاعر تبدو فى الظاهر عكس مشاعرها الحقيقية فهى تحاول إخفاء حبها حتى لا تتورط فى علاقات حرجة وتحاول إخفاء كرهها حتى لا تتعرض لغضب الرجل الذى تحتاج إلية وتخشى بطشه وهى التى خلقت لتتمنع وهى راغبة (يتمنن وهن الراغبات) فإحساسها بضعفها وإحساسها بأنوثتها يجعلها تفضل موقف الانتظار فلا تسمح لرغباتها بالظهور الفج أو التعبير الصريح كما يفعل الرجل.

التبعية:

مهما تظاهرت المرأة بالقوة ومهما تزعمت الحركات النسائية فهى تشعر فى أعماق أعماقها بان الرجل يعلوها وإنها تابعة له متعلقة فى رقبته والحركات النسائية نفسها تعتبر دليلا على ذلك لان المرأة لو شعرت فى قرارة نفسها بالمساواة الحقيقية بالرجل لما شغلت نفسها بالإلحاح ليل نهار بأنها (مثل الرجل).

ويبدو أن هذه حقيقة لا تستطيع المداهنات الاجتماعية أو الإنسانية تجاهلها على أى مستوى من المستويات.

جاء فى القران (لهن مثل الذى عليهم بالمعروف وللرجال عليهن درجة).

وقوله تعالى (الرجال قوامون على النساء بما فضل الله بعضهم على بعض وبما أنفقوا من أموالهم).

والواقع يؤكد هذه الحقيقة فى كثير من النواحى فمما لا شك فيه أن الرجال اقوى عضليا من المرأة (والاستثناءات النادرة لا تنفى هذه القاعدة بل تؤكدها) والرجل متفوق فاغلب المجالات على مر العصور (وهذا لا يمنع تفوق النساء على كثير من الرجال على الندرة التى لا تغير القاعدة) والطريف أن الرجال ثبت تفوقه على المرأة فى المجالات التى كان يعتقد أن المرأة سبق معرفة بها وسبق تخصص فيها.و

والمرأة السوية تعرف بداهة إنها متعلقة برقبة الرجل طوال مسيرة حياتها فقد عاشت طفولتها وصباها متعلقة برقبة أبيها أو أخيها وعاشت شبابها ونضجها متعلقة برقبة زوجها وعاشت بقية حياتها متعلقة برقبة ابنها وهكذا تشعر المرأة بمحورية دور الرجل سواء أحبتى أم كرهته.

وكرد فعل نفسى لهذا الشعور العميق بالتحتية والتبعية نجد أن المرأة تميل إلى الدهاء والحيلة لتفادى بطش الرجل وهى تلجا للأغراء بان تتزين وتتعرض للرجل وتنتظر سعيه إليها فإن لم يكن ذلك كافيا لجأت إلى الإغواء بالتنبيه والحيلة والدلال فهى تسعى إلى تحريك إرادة الرجل نحو الفعل بمعنى أن المرأة تملك الإرادة المحركة فى حين يملك الرجل الإرادة الفاعلة والمرأة بوعيها الفطرى بقوة الرجل تسعى لموازنة ذلك

بجمال الأنوثة وهى تستطيع أن تصل من خلال جمال الأنوثة إلى قهر قوة الرجولة وبذلك تشعر أنها حققت مرادها واكثر.

وحين تفشل المرأة فى أغار الرجل أو اغوائة أو حين ترفض حتمية التحية والتبعية للرجل بسبب استرجالها أو المبالغة الرجل فى الاستعلاء عليها فأنها تلجا للعناد والمخالفة والعصيان فهى بالعناد تثبت وجودها الذى استله الرجل بحماقته والإطاحة به وهى بالعناد ترفض ضعفها الذى استغله الرجل لإذلالها بدلا من توظيفه لخدمة الحياة.

و المرأة مثل أى تابع مولعة بالممنوعات وبما هو ليس كذلك فهى تبحث عن البديل لعلها تجد فيه الخلاص من التبعية للرجل ولعل أقدامها على الآكل من الشجرة المحرمة يرمز لهذه الصفة الأصلية فيها.

والمرأة حين تفشل فى أغراء الرجل أو اغوائة وحين تفشل فى مقاومة قوته بجمالها وحين تفشل فى تحريك إرادته نحوها وحين تفشل فى عناده وحين تفشل فى اجتياز الخطوط الحمراء والدخول فى المناطق الممنوعة حين تفشل فى كل هذه الوسائل لا تجد إمامها إلا الشكوى والألم والتمارض ويحدث هذا حين يهمل الرجل المرأة أو حين تفقد المرأة جاذبيتها آثناء الحمل أو بعد الولادة أو حين بلوغ سن اليأس وهنا تكثر علامات الاستغاثة ونداءات القرب وطلب الاعتمادية السلبية لعل هذه الأشياء تكون شفيعة لها عند الرجل فيرق قلبه ويحتويها مرة أخرى (سواء كان أبا لها أو زوجا أو ابنا).

المرأة ونوازع الحياة:

وإذا كانت صفة التبعية قد أغضبت بعض النساء فإن الصفة الحالية حتما ستسعدهن أيما إسعاد فالمرأة تعلم فى قرار نفسها أنها الوعاء

الذى يحافظ على بقاء النوع فهى منتجة للحياة بأذن ربها وراعية لها اقوى من الرجل والمرأة هى وعاء اللذة الجنسية التى أعطاها المحللون النفسيون مكتنة محورية فى توجيه وتحريك السلوك والمرأة هى الوعاء العاطفى الذى يشعر الرجل معه بالسكينة والراحة والمرأة تذكى روح التنافس بين الرجال طلبا للقوة التى توصل إلى قلبها أذن فالمرأة وعاء الحياة ووعاء البقاء ووعاء اللذة ووعاء العاطفة والسكن ووعاء القوة أى أن المرأة تضرب بجذورها فى أعرق نوازع الحياة.

الوفاء للطبيعة:

هذه أحد الصفات المحيرة جدا للرجل فهو يريد المرأة وفيه له دائما والمرأة السوية تفعل ذلك غالبا خاصة إذا كان وفاؤها للرجل يتماشى مع وفائها للطبيعة أما إذا تعارض الاثنان فأنها تختار (شعوريا أو لا شعوريا) الوفاء للطبيعة وهذه فطرة أصيلة فى المرأة للمحافظة على القوة والجمال فى النوع البشرى فالمرأة اكثر ميلا نحو الأقوى بكل معانى القوة والأجمل بكل معانى الجمال وهى مدفوعة لذلك بالفطرة ولو كانت غير ذلك فقلبت الأضعف (بكل معانى الضعف) والأقبح بكل معانى القبح لتدهورت السلالات البشرية وهذه الصفة رغم انتهازيتها الظاهرية على الأقل فى نظر الرجل إلا أنها تدفعه ليكتسب مصادر الجمال المظهر والأخلاق والسلوك وهذه يصب فى النهاية فى مصلحة الجنس البشرى ككل حتى وأن كان على حساب الضعفاء من الرجال وهناك استثناءات تقبل فيها المرأة الاستمرار مع الأضعف أو الأقبح ويكون ذلك بدافع الشفقة أو الأمومة أو أى دوافع فطرية أخرى أو تكون مضطرة لذلك وهذه الاستثناءات لا تنفى القاعدة الفطرية العامة والمرأة حين تقاوم

فطرتها مضطرة فإن ذلك يظهر عليها فى صورة اضطرابات نفسية وجسمانية متعددة كاحتجاج على مخالفة الدافع الفطرى لديها وهو الوفاء للطبيعة التى تدعم بقاء الأقوى والأجمل.

الجمع بين النقيضين:

لا يفهم المرأة من لا يفهم هذه الصفة الفطرية فيها فهى تجمع بين اللذة والألم بحيث لا يستطيع التفرقة بينهما فى لحظة بعينها ويتجسد ذلك فى حالة الحمل والولادة والرضاعة وتربية الأولاد فعلى الرغم من شكوى ألام من ألام الحمل والولادة والرضاعة والتربية إلا أنها فى ذات الوقت تشعر بلذة عارمة أثناء هذه المراحل ويمتزج الحب بالكره لدى المرأة فهى تكره شقاوة الأبناء وتحبهم فى ذات الوقت وتحقد على الزوج ولا تطيق ابتعاده عنها وتضيق من الأب وتدعو له بطول العمر وهى تجمع بين الضحك والبكاء ويساعدها تكوينها العاطفى وسيوله مشاعرها على ذلك ويساعدها التكوين البيولوجى فتسعفها الغدد الدمعية بما تحتاجه من دموع وبمنتهى السرعة والسهولة.

التقلب:

و هو صفة بيولوجية ونفسية أصلية فى المرأة فالمرأة منذ بلوغها لا تستقر على حال فأحداث الدورة الشهرية وما يسبقها وما يصاحبها وما يتبعها من تغيرات تجعلها تتقلب فى حالات انفعالية متباينة والحمل وما يواكبه من تغيرات جسدية وهرمونية ونفسية يجعلها بين الشوق والرفض وبين الرجاء والخوف طيلة شهور الحمل ثم يتبع ذلك زلزال الولادة الذى ينتج عنه تعتعة ما تبقى من استقرار لذى المرأة ومع قدوم الطفل تصبح ألام مسئولة عن كائن كثير الاحتياجات شديد التقلب ولابد أن تكون

لديها قابلية لمواكبة كل هذا وغيرة كثير فى حياتها ومن لا يفهم صفة التقلب لدى المرأة يحار كثيرا أمام تغير أحوالها ومشاعرها وقراراتها وسلوكياتها.

وبالتالى فإن الصفات التى ذكرناها تمثل غالبية لنساء وتبقى هناك استثناءات تخرج عن هذه القواعد ولكن الاستثناءات لا تنفى بل تؤكد القاعدة.

وأخيرا نقول هذه هى المرأة اللغز شديدة الغموض شديدة الوضوح بالغة الضعف بالغة القوة فاستوصوا بالنساء خيرا.

■ ■ ■

1
الحب والزمن



كان فى قديم الزمان جزيرة تتجمع فيها كل المشاعر الإنسانية: الفرح، الحزن، المعرفة،... ومعها الحب.

وفى يوم من الأيام، عرفت المشاعر الإنسانية أن الجزيرة على وشك أن تغرق!! فقرروا الإبحار بعيدا عنها، بينما بقى الحب الذى أراد أن يعيش عليها إلى آخر لحظة ممكنة.

وعندما أوشكت الجزيرة على الغرق، طلب الحب المساعدة من الغنى الذى كان يمر أمامه بسفينته العظيمة، فقال الحب: "هل يمكنك أيها الغنى أن تأخذنى معك؟" أجابه الغنى: "بالطبع لا، لأن سفينتى محملة بكل أنواع الذهب والفضة، ولا يوجد لك مكان هنا."

قرر الحب أن يسأل المساعدة من الغرور الذى كان أيضا يمر أمامه فى سفينته الضخمة، فقال له الحب: "أرجوك أن تساعدنى أيها الغرور"، أجابه الغرور: " لا أستطيع أن أساعدك أيها الحب، لأنك مبلل. وربما تتلف سفينتى".

وكان الحزن قريباً من الحب، فسأله المساعدة: "دعنى أعبر معك أيها الحزن"، أجابه الحزن: "لا أستطيع ذلك أيها الحب، لأننى حزين، وأريد أن أبقى وحيداً مع نفسى".

ومرت السعادة بجوار الحب أيضاً، ولكنها فى غمرة سعادتها، لم تستطع سماع نداء الحب.

وفجأة، سمع الحب من يناديه: "تعال أيها الحب، سآخذك معى"، وكان الصوت لعجوز كبير فى السن.

شعر الحب بسعادة غامرة أنسته أن يسأل العجوز عن اسمه.وعندما وصل للأرض والأمان، تركه العجوز ومضى.

وهنا أراد الحب أن يعرف اسم هذا العجوز ويشكره، فسأل المعرفة وهى أيضاً عجوز كبيرة فى السن: "من الذى ساعدنى؟"، أجابته المعرفة: " إنه الزمن".

فسألها الحب متعجباً: "الزمن؟؟"، وهنا ابتسمت المعرفة، وبحكمة عظيمة أجابته: "نعم الزمن، فالزمن هو الوحيد الذى يستطيع أن يقدر قيمة الحب الحقيقى".

إن الحب الحقيقى يجعلك مضحياً دون أن تشعر بتضحياتك، ودون أن تعرف ذلك حتى، لأنك تحضن فى قلبك ما لا يستطيع إنسان أن يلمسه بيده، وما لا ينتهى بمرور الزمن.

الحب ما هو؟

الحُبّ هو شعور بالانجذاب والإعجاب نحو شخص ما، أو شىء ما، وقد ينظر إليه على أنه كيمياء متبادلة بين إثنين، ومن المعروف أن الجسم يفرز هرمون الأوكسيتوسين المعروف بـ "هرمون المحبين" أثناء اللقاء بين المحبين.

وتم تعريف كلمة حب لغوياً بأنها تضم معانى الغرام والعله وبذور النبات، ويوجد تشابه بين المعانى الثلاث بالرغم من تباعدها

ظاهرياً..فكثيراً ما يشبّهون الحب بالداء أو العله، وكثيرا أيضاً ما يشبه المحبون الحب ببذور النباتات.

أما غرام، فهى تعنى حرفياً: التَعلُّق بالشىء تَعلُّقاً لا يُستطاع التَخلّص منه. وتعنى أيضاً "العذاب الدائم الملازم" ;وقد ورد فى القرآن: ﴿**إن عذابها كان غراما**﴾. والمغرم: المولع بالشىء لا يصبر على مفارقته. وأُغرم بالشىء: أولع به. فهو مُغرم.

الحب بين الجنسين فى الأديان والنصوص المقدسة

الحب والزواج فى المسيحية تعنى هذا الرابط المقدس الذى يجمعه الله ولا يستطيع أحد ان يفرقهم عن بعض ما يجمعه الله لا أحد يفرقهم وأن الحب فى المسيحية أجمل الروابط البشرية التى تجمع الرجل والمرأة والله وبركة هذا الاجتماع ترأى بالأولاد المرسلون من الله هديته وعليهم يحافظون عليهم لانه عطية من الله وفى المسيحية الشرقية لا يوجد طلاق ولكن الآن فى المسيحية الغربية تسمح بالطلاق والديانة المسيحية لا تسمح بتعدد الازواج أو الزوجات "من البدأ كان للرجل أمراة واحدة".

فى الإسلام ونصوصه:

جاء فى الحديث النبوى "لم يُر للمتحابين مثل التزوج". رواه ابن ماجة والحاكم فى المستدرك واللفظ له وقال هذا حديث صحيح على شرط مسلم. وجاء كذلك بلفظ "التزويج" ولفظ "النكاح". ورواه الكنانى فى مصباح الزجاجة وقال هذا إسناد صحيح رجاله ثقات.

وجاء فى الحديث: "الأرواح جنود مجندة فما تعارف منها ائتلف وما تناكر منها اختلف". متفق عليه.

وعن المغيرة بن شعبة قال أتيت النبى صلى الله عليه وسلم فذكرت له امرأة أخطبها فقال فاذهب فانظر إليها فإنه أحرى أن يؤدم بينكما فأتيت امرأة من الأنصار فخطبتها إلى أبويها وخبرتهما بقول النبى صلى الله عليه وسلم فكأنهما كرها ذلك قال فسمعت تلك المرأة وهى فى خدرها فقالت إن كان رسول الله ﷺ أمرك أن تنظر فانظر وإلا فإنى أنشدك. كأنها أعظمت ذلك. قال فنظرت إليها فتزوجتها فذكر من موافقتها.

هذا إسناد صحيح رجاله ثقات. إهـ. إنتهى كلام الكنانى بعد روايته للحديث بإسناده الذى صححه. رواه كذلك النسائى وابن ماجة وابن حبان فى صحيحه والحاكم فى المستدرك وقال هذا حديث صحيح على شرط الشيخين.

قال شراح الحديث وأصحاب المعاجم اللغوية بأن معنى يؤدم بينكما هو أن تكون بينكما المحبة.

(مختار الصحاح ج١: ص٤
لسان العرب ج١٢: ص٨ النهاية ج١: ص٣٢)

معنى الحب وأصل اشتقاقه

وقيل: إنه مأخوذ من الحُباب وهو الذى يعلو الماء عند المطر الشديد. فكأنَّ غليان القلب وثوراته عند الاضطرام والاهتياج إلى لقاء المحبوب يُشبه ذلك. وقيل: مشتقة من الثبات والالتزام، ومنه: أَحَبَّ البعير، إذا برك فلم يقُمْ، لأن المحبَّ لزم قلبه محبوبه. وقيل: النقيض، أى مأخوذة من القلق والاضطراب، ومنه سُمى (القرط) حبّاً لقلقه فى الأذن، قال الشاعر: تبيتُ الحية النّضْناض منه مكان الحَبِّ تستمع السِّرارا.

وقيل: بل هى مأخوذة من الحُبِّ جمع حُبَّة وهى لباب الشىء وأصله : لأن القلب أصل كيان الإنسان ولُبّه، ومستودع الحُبِّ ومكمنه. وقيل: فى

أصل الاشتقاق كثير غير هذا، لكننا نعزف عن الإطالة والإسهاب. ولتعريف الماهية نقول إن الحب هو: الميْل الدائم بالقلب الهائم، وإيثار المحبوب على جميع المصحوب، وموافقة الحبيب حضوراً وغياباً، وإيثار ما يريده المحبوب على ما عداه، والطواعية الكاملة، والذكر الدائم وعدم السلوان، قال الشاعر:

ومَنْ كان من طول الهوى ذاق سُلْوَةً فإنِّىَ من ليْلى لها غيرُ ذائقِ

وأكثر شىء نِلتُهُ من وصالها أمانِىُّ لم تصدُق كلَمْعةِ بارقِ

وفى الحديث الذى رواه "الإمام أحمد" تصديق ذلك، إذ قال النبى محمد ﷺ: «حُبُّك الشىءَ يُعْمى ويُصم» أو الحضور الدائم، كما قال الشاعر:

يا مقيماً فى خاطرى وجَنانى وبعيداً عن ناظرى وعِيانى

أنت روحى إن كنتُ لستُ أراها فهى أدنى إلىّ من كلِّ دانِ

وقال آخر:

خيالك فى عينى، وذكراك فى فمى ونجواك فى قلبى، فأيْن تغيبُ؟!

وقال آخر:

ما ملكنا قلوبنا اننا العرب ما ملكنا دمائنا أمرنا عجب

القبلة من الأعمال الفنية لغوستاف كليمت.ويقول الشاعر: عندما تجد من تحب ارتمى فى احضانه وحافظ عليه بقوة الحياة أو بقوة الحب لان الحياة هى الحب وبدون حب لا حياة.

و يقول بن النجار فى حب حبيبته: ندا.. والبعد والمدا وقمرا إلى الأرض إهتدا ندا.. وحياتى ووجدانى عينا لها تتكحل بالشرق وعينا بالغرب الأسبانى.

أسماء الحب ومراحله

وضعوا للحب أسماء كثيرة منها المحبة والهوى والصبوة والشغف والوجد والعشق والنجوى والشوق والوصب والاستكانة والود والخُلّة والغرام والهُيام والتعبد. وهناك أسماء أخرى كثيرة التقطت من خلال ما ذكره المحبون فى أشعارهم وفلتات ألسنتهم وأكثرها يعبر عن العلاقة العاطفية بين الرجل والمرأة.

الهوى يقال إنه ميْل النفس، وفعْلُهُ: هَوِى، يهوى، هَوىً، وأما: هَوَىَ يَهوى فهو للسقوط، ومصدره الهُوىّ. وأكثر ما يستعمل الهَوَى فى الحبِّ المذموم، كما فى قول القرآن الكريم: بسم الله الرحمن الرحيم ﴿**وأمَا من خاف مقام ربه ونهى النفس عن الهوى * فإنَّ الجَنَّة هى المأْوى**﴾ (صدق الله العظيم) سورة النازعات.. وقد يستعمل فى الحب الممدوح استعمالا مقيداً، منه قول النبى: «لا يؤْمن أحدكم حتى يكون هَواهُ تبعاً لما جئتُ به».صححه النووى

وجاء فى الصحيحين عن "عروة بن الزبير" ـ قال: (كانت خولة بنت حكيم: من اللائى وهبن أنفسهن للنبى صلى الله عليه وسلم، فقالت "عائشة": أما تستحى المرأة أن تهَبَ نفسها للرَّجُل؟ فلمّا نزلت ﴿**تُرْجى من تشاء منْهُنَّ**﴾ (الأحزاب٥١) قلت: يا رسول الله ما أرى ربَّك إلا يُسارعُ فى هواك".

الصَّبْوة

وهى الميل إلى الجهل، فقد جاء فى القرآن الكريم على لسان سيدنا "يوسف" قول القرآن: ﴿**وإلا تَصرفْ عنى كيدَهن أصبُ إليهنَّ وأكنُ من الجاهلين**﴾ .«يوسف٣٠» والصّبُوة غير الصّبابة التى تعنى شدة العشق، ومنها قول الشاعر:

تشكَى المحبون الصَبابة لَيْتنى تحملت ما يلقون من بينهم وحدْى

الشغف

هو مأخوذ من الشّغاف الذى هو غلاف القلب، ومنه قول الله فى القرآن واصفاً حال امرأة العزيز فى تعلقها بيوسف: ﴿**قد شغفها حُباً**﴾، قال "ابن عباس" ما فى ذلك: دخل حُبه تحت شغاف قلبها.

الوجد

هو الحب الذى يتبعه مشقه فى النفس والتفكير فيمن يحبه والحزن دائما.

الكَلَفُ

هو شدة التعلق والولع، وأصل اللفظ من المشقة، قال الشاعر: فتعلمى أن قد كلِفْتُ بحبكم ثم اصنعى ما شئت عن علم.

العشق

العشق فرط الحب وقيل هو عجب المحب بالمحبوب يكون فى عفاف الحب ودعارته. (المصدر: لسان العرب ٢٥١/٤ ـ قال الفراء: العشق نبت لزج، وسُمّى العشق الذى يكون فى الإنسان لِلصُوقه بالقلب).

النجوى

الحرقة وشدة الوجد من عشق أو حُزْن.

الشوق

هو سفر القلب إلى المحبوب، وارتحال عواطفه ومشاعره، وقد جاء هذا الاسم فى حديث نبوى إذ روى عن "عمار بن ياسر" أنه صلى صلاة فأوجز فيها، فقيل له: أوجزت يا " أبا اليقظان "!! فقال: لقد دعوت بدعوات سمعتهن من رسول الله ﷺ" يدعو بهن: «اللهم بعلمك الغيب، وقدرتك على الخلق، أحيىى إذا كانت الحياة خيراً لى، وتوفنى إذا كانت الوفاة خيراً لى، وأسألك خشيتك فى الغيب والشهادة، وأسألك كلمة الحق فى الغضب والرضى،

وأسألك القصد فى الفقر والغنى، وأسألك نعيماً لا ينفد، وأسألك قرة عين لا تنقطع، وأسألك الرضى بعد القضاء، وأسألك بَرَد العيش بعد الموت، وأسألك لذة النظر إلى وجهك، والشوق إلى لقائك، فى غير ضراء مُضرة، ولا فتنة ضالة، اللهم زيِّنَّا بزينة الإيمان، واجعلنا هُداة مهتدين».

وقال بعض العارفين: (لما علم الله شوق المحبين إلى لقائه، ضرب لهم موعداً للقاء تسكن به قلوبهم).

الوصب

وهو ألم الحب ومرضه، لأن أصل الوصب المرض، وفى الحديث الصحيح: « لا يصيب المؤمن من همّ ولا وصب حتى الشوكة يشاكها إلا كفّر الله بها من خطاياه ».

وقد تدخل صفة الديمومة على المعنى، وذكر القرآن: ﴿**ولهم عذابٌ واصبٌ**﴾ «الصافات٩» وقال سبحانه: (وله الدينُ واصباً) «النحل ٥٢»

الاستكانة

وهى من اللوازم والأحكام والمتعلقات، وليست اسماً مختصاً، ومعناها على الحقيقة: الخضوع، وذكر القرآن الاستكانة بقوله: ﴿**فما استكانوا لربهم وما يتضرعون**﴾ «المؤمنون ٧٦»، وقال: ﴿**فما وَهَنوا لما أصابهم فى سبيل الله وما ضَعُفوا وما استكانوا**﴾ «آل عمران١٤٦». وكأن المحب خضع بكليته إلى محبوبته، واستسلم بجوارحه وعواطفه، واستكان إليه.

الوُدّ

وهو خالص الحب وألطفه وأرقّه، وتتلازم فيه عاطفة الرأفة والرحمة، يقول الله تعالى: ﴿**وهو الغفور الودود**﴾ «البروج١٤»، ويقول سبحانه: ﴿**إن ربى رحيم ودود**﴾ «هود٩٠».

الخُلَّـــة

وهى توحيد المحبة، وهى رتبة أو مقام لا يقبل المشاركة، ولهذا اختص بها فى مطلق الوجود الخليلان "إبراهيم" و"محمد"، ولقد ذكر القرآن ذلك فى قوله: ﴿**واتَخَذَ اللهُ إبراهيم خليلا**﴾«النساء١٢٥».

وصح عن النبى محمد بن عبد الله أنه قال: «لو كنت متخذاً من أهل الأرض خليلاً لاتخذت أبا بكر خليلاً، ولكن صاحبكم خليل الرحمن».

وقيل: لما كانت الخلّة مرتبة لا تقبل المشاركة امتحن الله سبحانه نبيه "إبراهيم" ـ الخليل ـ بذبح ولده لما أخذ شعبة من قلبه، فأراد سبحانه أن يخلّص تلك الشعبة ولا تكون لغيره، فامتحنه بذبح ولده، فلما أسلما لأمر الله، وقدّم إبراهيم محبة الله تعالى على محبة الولد، خلص مقام الخلة وصفا من كل شائبة، فدى الولدُ بالذبح. ومن ألطف ما قيل فى تحقيق الخلّة: إنها سميت كذلك لتخللها جميع أجزاء الروح وتداخلها فيها، قال الشاعر:

قد تخلَّلْتِ مسلك الروح منى وبذا سُمِّى الخليل خليلاً

الغرامُ

وهو الحب اللازم، ونقصد باللازم التحمل، يقال: رجلٌ مُغْرم، أى مُلْزم بالدين، قال "كُثِّير عَزَّة":

قضى كل ذى دينٍ فوفّى غريمه و"عزَّة" ممطول مُعنّى غريمُها

ومن المادة نفسها قول الله تعالى فى القرآن عن جهنم: ﴿**إنَّ عذابها كان غراماً**﴾ أى لازماً دائماً.

الهِيام

وهو جنون العشق، وأصله داء يأخذ الإبل فتهيم لا ترعى، والهيم (بكسر الهاء) الإبل العطاش، فكأن العاشق المستهام قد استبدّ به العطش

إلى محبوبه فهام على وجهه لا يأكل ولا يشرب ولا ينام، وانعكس ذلك على كيانه النفسى والعصبى فأضحى كالمجنون، أو كاد يجنّ فعلاً على حد قول شوقى:

ويقول تكاد تُجَنُّ به فأقول وأوشك أعبُده

مولاى وروحى فى يده قد ضيّعها سلِمت يده

الحب فى الإسلام

يعتبر الإسلام ان أكثر ما يجب أن يحبه الإنسان هو الله، لقول الله تعالى فى القرآن: ﴿**ومن الناس من يتخذ من دون الله أنداداً يحبونهم كحب الله والذين آمنوا أشد حباً لله**﴾. «سورة البقرة آية ١٦٥»

وقول الله تعالى فى القرآن أيضا:

﴿**قل إن كان آباؤكم وأبناؤكم وإخوانكم وأزواجكم وعشيرتكم وأموال اقترفتموها وَتجَارَة تخشون كسادها ومساكن تَرضونها أَحب إلَيكم من الله ورسوله وجِهَادٍ فى سبيله فتربصوا حتى يأتى الله بأمره والله لا يهدى القوم الفاسقين**﴾. «سورة التوبة آية ٢٤»

وروى مسلمُ عن أبى هريرةَ قال:" قال الرسول محمد، والذى نفسى بيده لا تدخلوا الجنة حتى تؤمنوا ولا تؤمنوا حتى تحابّوا أولا أدلكم على شىء إذا فعلتموه تحاببتم أفشوا السلام بينكم".

وقد حث الإسلام أيضا على الحب بين الزوجين بل وأمر المسلمين به حيث ورد فى القرآن: ﴿**وعاشروهن بالمعروف**﴾ «سورة النساء آية ١٩»

كما أن الإسلام أطلق على علاقة الحب بين الزوجين اسم " الميثاق الغليظ ". وقاوم الإسلام فكرة الانفصال بين الزوجين، فبالرغم من إباحة الإسلام للطلاق إلا أنه قيد بشروط جعلته يحدث فى نطاق ضيق ومحدود.

ومن أعظم أنواع الحب هو الحب فى الله أى أن يحب الإنسان غيره لأنه شخص صالح ومؤمن وليس له فى حبه منفعة، ولا شهوة، ولا قرابة، من غير أن يناله منه أى نفع، والذى جاء فيه الحديث " ثلاثٌ مَنْ كُنَّ فيه وجد بهنَّ حلاوةَ الإيمان: أن يكون الله ورسوله أحبَّ إليه مما سواهما، وأن يُحبَ المرءَ لا يُحبُه إلا لله، وأن يكره أن يعودَ فى الكفر بعد إذ أنقذَهُ الله منه كما يكره أن يقذَف فى النار".

أقوال فى الحب

- الأشرار يطيعون بدافع الخوف، والطيبون يطيعون بدافع الحب.
- لا تقل أحبها لكذا بل قل أحبها رغم كذا وكذا وكذا.
- قد تنمو الصداقة فتصبح حباً ولكن الحب لا يتراجع ليصبح صداقة!
- اجعل قلبك كالقبر يدخله واحد ولا تجعله كالبئر يشرب منه من يشاء.
- من أحبك لأمر ما كرهك لمجرد انتهاؤه.

ويقول نزار أيضا:

لو تطلب البحر فى عينيك أسكبه ... أو تطلب الشمس فى كفيك أرميها
أنا أحبك فوق الغيم أكتبها ... وللعصافير والأشجار أحكيها
أنا أحبك فوق الماء أنقشها ... وللعناقيد والأقداح أسقيها
أنا أحبك يا سيفا أسال دمى ... يا قصة لست أدرى ما أسميها

ويقول شاعر آخر:

لو كنت املك ان اهديكى عيناى ... لوضعتهما بين يديكى
لو كنت املك ان اهد يكى قلبى ... لنزعته من صدرى إليك
ولو كنت املك ان اهديكى عمرى ... لوضعت ايامى تحت قدميك
وربما يبيع الإنسان شيئا قد شراه ... لكن لا يبيع قلباً قد هواه

زوجٌ حديثان، بدويّان فلسطينيّان.

خشيب يمثّل عِرْسَيْن على سرير أثناء عُرس قَرْوَسى بألمانيا. وجد باحثون بريطانيون أن هرمون التيستوستيرون يقل عن معدلاته الطبيعية عند الرجال عند الوقوع فى الحب، بينما يزداد عن معدلاته الطبيعية عند النساء. وفى دراسة أخرى اكتشف باحثون بجامعة "لندن كوليدج" أن الوقوع فى الحب يؤثر على دوائر رئيسية فى المخ. وتوصل الباحثون إلى أن الدوائر العصبية التى ترتبط بشكل طبيعى بالتقييم الاجتماعى للأشخاص الآخرين تتوقف عن العمل عندما يقع الإنسان فى الحب. وقال الباحثون إن هذه النتائج قد توضح أسباب تغاضى بعض الأشخاص عن أخطاء من يحبون.

أنواع الحب

- الحبّ الإلهى.
- الحب الأخوى.
- حب النفس.
- الحب الأفلاطونى.
- الحب الرومانسى.
- الحب الجنسى.
- الحب المادى.
- الحب العفيف.

■ ■ ■

2

الحب الأول

وهم.. أم حقيقة؟!

ما بين الوهم والحقيقة تتراوح المشاعر تجاه الحب الأول. البعض يعتقد أن ذكرى الحب الأول لن تمحوها الأيام ولا السنين. والبعض ينظر إليه على أنه مجرد وهم طفولى، ومشاعر مراهقة طبيعية يمر بها الإنسان. البعض يعيش على الذكرى ويتمنى لو عادت به الأيام، والبعض يحاول أن ينسى تلك الذكريات ويعتبرها ماض انتهى ولن يعود. مراسلنا فى القاهرة أشرف محمود أجرى التحقيق التالى:

غالبا ما تكون فى حياة كل منا قصة حب أولى. البعض ما زال يحمل ذمريات طيبة عنها، والبعض انتهت قصة حبهم نهاية حزينة لا يريدون تذكرها. البعض أحب عن بعد، والبعض انغمس فى الحب وعاش أصدق لحظات من المشاعر البريئة. والبعض يرى أن الحب الأخير هو الوحيد الحب الحقيقى على أساس أن المسائل نسبية. وهكذا يقول ياسر عبدالله (بكاوريوس علوم قسم فيزياء دفعة ٢٠٠٣) إن الحب الأخيرهو أصدق حب مهما كان ترتيبه. فالحب الأخير يقضى على أى أثر للحب الأول. ولكن الحب الأول يترك أثرا لا يمكن اعتباره إلا جزء من الذكريات. وأنا شخصيا كان الحب الأول بالنسبة لى هو الحب البرىء العذرى. وهو كان حبا صامتا بدون كلام. فقد كان حبا من طرف واحد أو هو ما يمكن أن

تسميه إعجابا بشخصية جارتى. وقتها كنت شخصا غير مجرب ولا خبرة لى بالمشاعر، ولذلك اندفعت فى الحب من طرف واحد إلى حد كبير. ولدرجة أننى لم أجروء على مصارحتها بحبى لأنى لم أكن جريئا، وهى كانت جارتى وخفت من مصارحتها حتى لا أفسد الأمر بين عائلتى وعائلتها لأنى لم أكن واثقا من رد فعلها. وقد استمر الوضع على هذا الحال حب من طرف واحد لمدة تصل إلى حوالى ٤ سنوات. ولكن الحب الأخير لو كان صادقا فهو يمكن أن يجعلك تنسى الحب الاول. لأن الحب الأخير غالبا ما يكون قد وصل إلى درجات نضج أعلى من الحب الذى قبله نتيجة لأن الإنسان يكتسب المزيد من الخبرة مع مرور الأيام، ويستطيع أن يتحكم فى عقله وعواطفه بشكل أفضل. وحول معايير الحب الحقيقى يقول إنه الحب الذى يعطى الإنسان شعورا بالاتزان الداخلى. ولكن مشلكة الرجل فى مجتمعنا الشرقى أنه ذو طبيعة عاطفية تختلف عن المرأة. فالرجل يمكنه أن يتخلص بسهولة من أثر الحرب، ويدخل فى علاقات جديدة. أما المرأة فتواجه صعوبة فى التحول النفسى واستعادة التوازن بعد انتهاء العلاقة العاطفية. كما أن الرجل يمكنه أن يحب أكثر من امرأة فى نفس الوقت، ويشعر أنه حب حقيقى. وحتى لو كان الرجل منغمسا فى علاقة عاطفية ويشعر انها علاقة حقيقية فإن ذلك لا يمنعه من خوض المغامرات العاطفية.

وتقول منار الشاذلى طالبة بالسنة الثانية بكلية الحقوق جامعة الزقازيق ١٩ سنة إن الحب الأول ترك لديها إنطباعات سيئة.وتقول إن أول حالة حب مرت بها كانت مع شاب من أقاربها. وبدأت علاقتهما منذ أيام الدراسة الثانوية، وتصارحا بالحب. واستمرت العلاقة حوالى سنتين. وبعدها فوجئت به يتركها بسبب دخوله فى علاقة حب مع فتاة

أخرى. وقال لها إنه لم يكن يحبها حقيقة، ولكنه أوهمهابالحب لأنه أراد أن يحافظ عليها من التعارف على شباب يمكن أن يلعبوا بعواطفها وهى الفتاة البريئة. وتقول منار كنت أشعر أنه لا يحبنى، ولكننى كنت أضحك على نفسى وأوهم نفسى أننى أحبه. وأعتقد أن مشارعى فى تلك اللحظة كانت ككأى فتاة شابة فى مجتمع تقليدى. وفى مرحلة التكوين النفسى والعاطفى وكنت بحاجة إلى شاب يقف بجوارى.. يحبنى، ويمنحنى المشاعر التى تحتاجها البنت فى تلك الفترة من حياتها حتى تشعر أنها فتاة مكتملة الأنوثة ومرغوبة. وفى النهاية اعتقد أن العيب لم يكن فيه لأننى فى الحقيقة أنا الذى كنت أخدع نفسى. ولهذا تركت هذه العلاقة فى ذهنى ذكريات سيئة. وبعدها تجاوزت الأزمة ودخلت فى تجربة أخرى. ولكننى فشلت مرة أخرى فيها لأننى لم أستطع أن أحب الشخص الثانى. ولكننى كنت وقتها بحاجة إلى شخص ينقذنى من أزمتى العاطفية. ولكن مع مرور الأيام اكتشفت أنه لم يكن حبا من جانبى فتركته. مه أنه هو كان يحبنى. وقد انتهت هذه العلاقة من سبع شهور. ومن ساعتها حتى الآن لم أدخل فى أى علاقة اخرى. وحول السبب فى هذا تقول أننى لم أجد الشخص المناسب لى.. وليس موقفا عدائيا تجاه الحب. أنا مؤمنة بفكرة الحب ولكن بشرط أن يكون عن وعى، وأن يختار الانسان الشخص المناسب له، وأن لا تكون بينهم فروق كبيرة تسبب فجوة بينهما. فالحب لا ينفى المشاكل لأن الحبيبين يكونان سعداء بالعلاقة فى أول الأمر، ولكن مع مرور الوقت يبدأ التفكير فى الواقع وتظهر المشاكل. ولهذا لا بد أن يكون هناك تقارب ثقافى وفكرى بينهما.

وتقول أختها رحاب الشاذلى إن تجربة الحب الاول كانت جميلة، ولها ذكريات لا يمكن ان تنساها مع مرور الوقت. وكانت تجربة الحب الأول

بالنسبة لى قد بدأت فى المرحلة الثانوية وانتهت فى أثناء سنوات دراستى الجامعة. كان حبا متبادلا بيننا. ولكن الحب انتهى بسبب ظهور اختلافات فى مستوى التفكير بيننا. كما أن الظروف المادية أيضا وقفت عائقا فى طريق ذلك الحب. ورغم حبه لى إلا أن الظروف أدت لإنهاء تلك العلاقة. ومع ذلك فأنا لا أعتبر هذه العلاقة علاقة حب حقيقية لأن الحب الحقيقى يكون كلا متكاملا. ومن المفترض أن يكون هناك توازن أو اتساق بين العقل والقلب. وفى رأييى أن الحب الحقيقى لا يولد إلا بعد الزواج، بعد أن ينكشف كل طرف أمام الآخر بشكل كامل. فمع الحياة الزوجية تولد المشاعر الحقيقية. وبعد الزواج تكون المشاعر قد أصبحت واقعية لأن الطرفان يكونان قد مرا بظروف صعبة، ومحكات عملية تثبت هذا الحب. وأعتقد أن الحب الأول لا يحدق فى مجتمعنا بسببالطبيعة المنغلقة لهذه المجتمعات. ولهذا عندما يحدث تعارف بين الشاب والفتاة يوكن هناك اندفاع فى المشاعر يؤثر على مصداقية الحب. أما فى المجتمعات المفتوحة فتكون المشاعر أكثر استقرارا.

وترى أمنية طلال ٢٤ سنة صحفية تحت التدريب أن فكرة الحب الأول فكرة وهمية، وأن الشباب يتوهمون هذا الحب. وهى لا ترى أى فرق بين الحب الأول أو الثانى أو الثالث. والناس أصبحت تنسى المشاعر وتعود لتحب من جديد. وأعتقد أن فكرة الحب الأول تسيطر فقط على الشباب فى مرحلة المراهقة. وعندما تمر مرحلة المراهقة يصبح الشاب أو الفتاة أكثر عقلانية. وعندما يخرج الشاب أو الفتاة من هذه المرحلة يتخلصان من هذا الوهم. وبالنسبة لى أنا أعتقد أن هناك خللا فى المفاهيم بمعنى أن أى مشاعر بداخلنا كشباب نفسرها على أنها حب، دون أن نتاكد من حقيقة مشاعرنا أو أن نتأكد من أن الشخص الذى

نحبه مناسب لنا فعلا. وهذه هى المشكلة التى تجعل من الحب الأول مسيطرا على مشاعرنا. والعيب فى مجتمعاتنا أن معظم الشباب يفسرون الاعجاب على أنه حب بينما هو فى حقيقة الأمر يمكن ان يكون مجرد إعجاب عابر. وكلما ارتقينا لمرحلة عمرية أخرى يزول هذا الاعجاب. كما أن طبيعة نشأتنا كشرقيين فى مجتمعات تفصل بين الولد والبنت تجعلنا عرضة للأوهام. ونحن بحاجة إلى تغيير المفاهيم البالية ومن الضرورى أن تكون هناك تنشئة سليمة تشجع على الاختلاط حتى يصبح أمرا طبيعيا. وبعدها لن تكون هناك أى مشكلة بدون الولد والبنت. وغالبا تبدأ المشكلة فى مجتمعاتنا مع المرحلة الجامعية باعتبارها أولى مراحل الاختلاط. وهنا يرى الولد مجموعة من البنات للمرة الأولى، والبنت تشاهد مجموعة من الأولاد للمرة الأولى. وهنا تبدأ عمليات اللخبطة فى المفاهيم، ومع قلة الخبرة وصغر السن يعتقد الطرفان أن هذا حب ويصطدمان فيما بعد بالواقع. وتكمل قائلة.. الحب فى حياتنا لم يعد كحب زمان. الحب فى زماننا أصبح تيك اواى. ومن النادر أن نجد من يحب حبا حقيقا أو يخلص فى مشاعره سواء كان ولدا أو بنتا.

ومثلا لدى نماذج واقعية من الحياة. فهناك صديق لى أكبر منى بسنة تقريبا. كنا أصدقاء أثناء فترة الدراسة الجامعية. ولم يكن يمر أسبوع أو أسبوعان إلا ويحكى لى قصة حب حقيقية من وجهة نظره. وبعد فترة تتغير مشاعره ويتعرف على بنت غيرها، ويحكى لى مأساته ومشاعره. ورغم أنه انسان ناجح فى حياته المهنية إلا أننى أرى أنه غير ناضج فى حياته العاطفية. وهناك قصة أخرى عن إحدى صديقاتى من أيام الجامعة أيضا. وكانت إنسانة صادقة مع نفسها ورومانسية وكانت تحب أحد زملائنا حبا حقيقيا، ولكنه من النوع الذى يحب التغيير، وكل فترة

نجده مع فتاة مختلفة. ورغما آنه صارحها بأنه لا يحبها إلا أنها ظلت ٣ سنوات تدافع عن حبها، واستمرت فى حبه. ولكنها انتهت إلى الفشل. ولم تفق من وهم ذلك الحب إلا بعد تخرجها وبعد أن أدركت أنه لا فائدة من ذلك الحب.

أما منصور سعيد ظابط بالقوات المسلحة فيقول نعم هناك حب أول. ومن رأيى أن الحب الحقيقى الوحيد الذى يعيشه الإنسان ويستمتع به هو حبه الأول. وأى احساس بعد الحب الأول هو مجرد وهم، وسعى وراء بقايا ورواسب الحب الأول ويقول منصور أنه مر بتجرية الحب الأول فى أخر سنة من مراحل الدراسة الإعدادية (المتوسطة)، واستمر معه ذلك الحب طوال سنوات الدراسة الثانوية. وكانت إنسانة رائعة ذات قلب حساس جميل. ويقول: عشت معها فترة المراهقة كلها. أجمل سنوات حياتى.. وأحسست معها لأول مرة بقلبى وهو ينبض، ومعها عرفت معنى الحياة ومعنى العاطفة. وكان حبنا يتميز بأنه تجاوب بين الطرفين. كل طرف كان يعطى يقدر ما يستطيع. ولكن مأساة الحب الأول أنه غالبا ما ينتهى إلى الفشل ولا تتطور العلاقة إلى زواج رغم أن هذا الحب يكون صادق من الطرفين. وهذا الحب يؤثر بعد ذلك على الطرفين إذ يعجز كل طرف عن تجاوز هذه المشاعر الجميلة، ويظل طوال عمره يبحث فى كل إمرأة يقابلها عن مواصفات حبيبته الأولى، وعندما يجد أى صفة مشتركة بين الانسانة التى يقابلها والحب الأول يندفع نحوها تلقائيا. وعظمة الحب الأول أنه قائم على العاطفة فقط، وليس قائما على الحسابات العقلية، وهو بذلك يتغاضى عن المنزلة الاجتماعية والفروق الطبقية والتعليمية، وويكون حبا خالصا. ودائما لا يفكر طرفى الحب الأول فى الزواج كغاية، بل يعتبران أن الحب فى حد ذاته قيمة وهدف سام يعيشان من أجل الحب وله. وهما

ينغمسان فى مشارهما لدرجة أنهما لا يفكران فى المستقبل وكيف سيكون شكل العلاقة فيما بعد، وكيف ستتطور أو تنتهى. المحبون دائما يكونون غارقين فى بحور من الرومانسية والعشق. ولا يهتمون بوضع النقاط على الحروف، ولا بتحديد النهايات. وإذا تدخل العقل فى الحب الأول فإنه يفسده، لأن الحسابات تفسد العلاقة السامية التى أقصدها. ويقول منصور أنه رغم إقباله على الزواج إلا أنه لا يشعر بنفس القدر من مشاعر الحب تجاه زوجته لأن حبه الأول كان قد أخذ منه أجمل المشاعر والذكريات. ويقول إن قصة حبه انتهت بضغوط من جانب أهل محبوبته لأنه ساعتها كان غير مستعد للتقدم للزواج. ولكنه يقول أنه رغم مرور ١٥ سنة على انتهاء تلك العلاقة إلا أنه ما زال يفتش فى وجه كل امرأة عن ملامح تتشابه مع ملامح محبوبته الأولى.

الحب الأول.. والحب الأخير

ليس منكم من لم يختبر نعمة الحب (فما فى غصن ما هزو الهوا) على ما يقال؛ ونسميها نعمة؛ لأن ما من شيء يخدر آلام النفس والحياة كالعاطفة التى تترقرق بين أعطاف المحبين؛ وإن كانت وهماً خالصا. وقد يكون الحب الأول هو أكثر أنواع الحب صيتاً؛ فما من حب مجده الشعراء والأدباء كالحب الأول الذى قال فيه إحسان عبد القدوس شصفى حياة كل منا وهم جميل يسمى: الحب الأول. لاتصدق يا صديقى.. فإن حبك الأول هو حبك الأخير!! شص تصديقا لما قاله الشاعر الذى قال:

نَقِّل فؤادك حيث شئتَ من الهوى   ما الحُبُّ إلاَّ للحبيب الأول..

فهل للقلب خفقة واحدة فى حياته كما يقال تتساوى بعدها كل الخفقات؟! وهل الحب الأول فعلاً وشم فى الروح لا تمحوه الأيام ولا

السنون؛ أم أنه وهم طفولى تتعاظم قيمته لمجرد أنه أول طارق على باب القلب وأول غطسة فى بحر الخيال وأول خطوة عبور من الطفولة للصبا؟!

وإن كان وهماً حقاً؛ فلماذا تختزنه الذاكرة فى مكان القلب من الصدر فيما تلفظ غيره كالنوى؛ ولماذا تطارد ذكراه الكثير ممن يصرفون العمر فى رحلة بحث عبثية لاستنساخ عذب احاسيسه ؛ ولم تختزله الذاكرة كملجأ تأوى إليه فى ساحات الضجر واليأس والخوف؟!

إن سألتمونى سأقول إن الحب الأول ؛ ككل ما تربطه الذاكرة بأيام الصبا: مبالغ فى تقديره.. فالحب ليس بطلقة واحدة يطلقها القلب ويصفن.. فما دام القلب يزخر بالنبض فهو قادر على الحب مرة تلو مرة.. نعم للبدايات سحرها الذى لا يتكرر؛ وللحب الأول - بعفته وبراءته والأحلام الكبيرة التى تسيجه - يحفر مكانته الخالدة فى النفس: بيد أن ذلك لا يحوله إلى حب حقيقى.. فالحب ائتلاف روحين وتواؤم فكرين.. وعندما تدق ساعة الحب الأول غالباً ما تكون شخصيات أبطاله غضة لم تتبلور فى شكلها النهائى بعد؛ لذا فإنه يكون سهلاً لا تعقيدات فيه ولا حسابات؛ ممكن الوقوع بين أى شخصين فى مكان ما وظرف ما.. وهو ما قد لا يتأتى للإنسان فى نضجه عندما يغالب عقله عاطفته.. عندها يتحول الحب إلى عملية معقدة يتحكم فيها الوعى واللاوعى فى صراع.. قلما ينتهى بالتعادل..

نقول مطمئنين من أسر خياله فى علاقات اندثرت أن فى الحب؛ ليس هناك حب أول ولا حب أخير.. هناك قلب عاجز عن الحب وهناك قلب قادر عليه ومتوثب له. فى العشق ليست هناك تراتيب: فمكانة

التجربة تكون فى تفاصيلها وتماثلاتها وما تورثه فى القلب من رضا وفى الحياة من بهجة. ولعل الحب الأخير يكون هو الحب الخالد الذى تتجمع فيه كل أركان السعادة فيكون الأول فى مكانته والآخر فى مكانه.

رحيـق الكـلام

لا تقل كان حبك الأول وحبك الأخير..ولكن قل لقد كان زمنا جميلا مثيراً: لا تأسف على حب مضى ولا على حبيب هجر؛ ولكن اندم على عمر مضى بدون أن تعشق وتهوى.

■■■



3

حكايات عن الحب الأول

مـا إن يصل الشـاب أو الفتـاة إلى مـرحلة المراهـقـة ـ بل وقبل ذلك ـ حتى ينتظر بلهفة ذلك الشىء الجميل المسمى بالحب الأول، وما سيأتى من كلام فى معظمه يتعلق بالحب عامةً سواء كان الأول منه أو الثانى، ولكننا سنختص الحب الأول تحديدًا بالكلام؛ لأن صاحبه غالبًا ما يفتقد الخبرة والتجربة؛ وبالتالى يحتاج لمزيد توضيح وشرح.

حول الحب عامة

الحب هو شعور ما ينتاب الشخص، وربما من الفلسفة أن نحاول وصف الحب بكلمات وعبارات، ومن الظلم أن نطلب من الحروف والكلمات أن تصوغ المشاعر والأحاسيس.

ولكنه على أى حال مزيج من مشاعر كثيرة، مشاعر بالدفء.. مشاعر بالأمان.. مشاعر باللهفة.. مشاعر بالأنس.. مشاعر بالسعادة..

وبالتأكيد كلمة الحب فى معناها الواسع تشمل الكثير من المحبوبات التى قد تكون شخصًا أو شيئًا أو زمنًا أو.. أو..

ولكن ما يعنينا هنا هو الحب بمعناه الأول الذى يتبادر ويلمع فى الأذهان فور ذكر هذه الكلمة، ونعنى به الحب بين الولد والبنت أو بين الذكر والأنثى.

العاطفة والعقل فى الحب

هذا الحب بين الرجل والمرأة أو أى حب فى حقيقته حتى يكون مكتمل الأركان لا بد أن يبنى على شقين: شق عاطفى؛ من مشاعر وأحاسيس، وشق آخر يقوم على العقل والاقتناع.

فلربما بدأ الحب بقناعة عقلية أوجدت بعدها عاطفة قلبية، أو لربما بدأ بأحاسيس قوية استتبعت قناعات فكرية، وربما بدءا سويًا، وربما بنى الحب على جانب واحد دون الآخر.

وحتى يكون الحب مثمرًا مستمرًا صامدًا أمام ما سيقابله من عوائق وما سيعتريه من مصاعب على طول الأيام، فلا بد أن يرتكن على الجانبين معًا "العقل والعاطفة"؛ حتى يتحقق له الاتزان، ولا يخضع لإمرة سلطان العقل أو القلب فقط دون إمرة السلطان الآخر: بما قد يؤدى لانهيار هذا الحب فى لحظة من تمرد أحد السلطانين.

العاطفة فى الحب الأول

كنت ذات مرة عند صديق فأخذ يحدثنى عن صديق له سيزوره بعد قليل، وبدأ يحدثنى عن صفاته وأخلاقه وشمائله وعن أعماله وإنجازاته، حتى أنى من كثرة حديثه انتظرت ذلك الضيف بفارغ الصبر لأتعرف عليه وأتقرب منه، وبعدها تطرقنا لبعض الموضوعات التى تحدث على الساحة العامة، وما هى إلا دقائق حتى دق جرس المنزل ودخل الضيف، فقمت إليه على الفور مُرحبًا ومُسلمًا وينتابنى شعور بالسعادة والفرح لتعرُّفى عليه، وأخذت أتحدث إليه وأتكلم معه وأسأله وأستفيد من خبرته.

جلس معنا قليلاً من الوقت ثم انصرف، وبعدها بقليل دق الجرس من جديد فقام زميلى ليرد على الباب وإذا به يدخل ومعه ضيف جديد قدمه لى قائلاً: هذا فلان.. مَن كنت أحدثك عنه منذ قليل!.

هنا أُسقط فى يدى وسألته: هذا صديقك الذى كنت تحدثنى عنه؟!.

إذن مَن كان هذا الضيف الذى مشى منذ قليل؟!.

فأجابنى أن الشخص الذى كان فى زيارتنا ومشى منذ قليل كان أحد أقربائه وليس الشخص الذى كان يحدثنى عنه!!..

ما المراد من هذه القصة؟!

أولاً: القصة السابقة بكل تفاصيلها هى خيالية ولكنها حقيقية..

بمعنى أنها لم تحدث هكذا نصًا، ولكن فى الحقيقة كثيرًا ما نمرّ فى حياتنا بمثل هذه القصة تمامًا فى كثير من المواقف ومن بينها: "الحب الأول".

منذ الصغر ونحن نشاهد التلفاز ونسمع الأغانى ونقرأ القصص ونشاهد المجتمع من حولنا، لتزرع فى دواخلنا صورة ما عن شىء جميل بإنجازاته وأعماله.. هذا الشىء يسمى: الحب.

ثم يدور الحديث على أنه سيزورنا قريبًا فى سن الشباب، فى علاقة بين ولد وبنت، فنتهيأ تمامًا شئنا أم أبينا بعقلنا الواعى أو الباطن لانتظار هذا الضيف.

وما إن يظهر ضيف أى ضيف؛ وما إن نشعر بعاطفة تجاه الطرف الآخر حتى نعتبرها فورًا هذا الحب الأسطورى الذى سمعنا عنه كثيرًا واشتقنا لاستقباله.

رغم أنه قد يكون فى الحقيقة شيئًا آخر أو ضيفًا آخر يمر وليس هو الشخص المقصود بعينه أو عاطفة الحب المنتظرة.

لعل الفكرة قد وصلت.. وحتى نقرب الفكرة أكثر، نسرد لكم سريعًا بعضًا من الضيوف الآخرين الذين ربما زارونا فى نفس توقيت انتظارنا للحب فنظنهم هم ذلك الضيف المرتقب.

مِن هؤلاء الضيوف:

الميل الفطرى

الناتج عما ركبه الله فينا من طبيعة فسيولوجية تضمن استمرار الحياة وبقاءها.

الارتياح

قد يشعر أحد الطرفين بارتياح للطرف الآخر ويظن أن هذا الشعور هو الحب.

هذا الارتياح قد يكون ناتجًا عن ملامح الوجه، أو عن طريقة اللبس أو ناتجًا عن نبرة الصوت أو ناجمًا عن طول المعاشرة أو للمشاركة فى الأفكار والمشروع أو.. أو.. أى أن هناك الكثير من الأمور التى قد يشعر معها الشخص بارتياح للطرف الآخر، فيظن أن هذا هو الحب المرتقب.

الإعجاب

قد يكون إعجابًا بالجمال أو بالوسامة، وربما كان إعجابًا برجاحة العقل أو بترتيب الكلمات، أو للشجاعة أو للقوة أو للتفوق الدراسى والعلمى أو الغنى المادى أو المستوى الاجتماعى أو... وغيرها من المشاعر التى قد تختلط على صاحبها ويظنها حبًا، مثل الاستئناس والسعادة والاستفادة..

تنبيهات غاية فى الأهمية:

١ - ليس هناك من مانع أن ينمى الشخص تلك المشاعر السابقة حتى وإن وجدت منفردةً لتتطور وتصبح حبًا بمعانيه وعواطفه الأوسع.

٢ - ولكن من المهم جدًا أن تسمى الأمور بداية بمسمياتها، ولا نبنى الخطوات والأفكار والأحلام على عاطفة نظنها حبًا وهى فى الحقيقة ليست كذلك.

٣ - إن تنمية تلك العواطف حتى تصبح حبًا تحتاج للسلطان الآخر "سلطان العقل"، وأن يكون له دور مهمّ وحاسم فى هذا القرار.

العقل ودوره فى الحب الأول

بالتأكيد تختلف نسبة استخدام العقل والعاطفة من شخص لآخر، وفى الشخص الواحد من موقف لآخر.

ولسنا هنا بصدد أن نحسم جدلاً طويلاً حول مكانة العقل والعاطفة لدى كل من المرأة والرجل، خاصةً أن آفة التقييم التعميم، إلا أن المتعارف عليه أن أغلب بنات حواء يغلب عليهن العاطفة وليس هذا عيبًا، فلقد خلقها الله كذلك لتتحمل آلام الحمل ومشاقّ الرضاعة ومتاعب التربية والطفولة وتكون الزوجة والابنة والأم والأخت.

ويغلب على الرجال استخدام العقل؛ ليكمل الزوجان القيادة الآمنة لمركب الزوجية.

ويغلب على العاطفة فى حكمها اللحظة الحالية، فى حين يغلب على العقل التحليل والنظرة المستقبلية؛ فمثلاً ربما أحسَن إليك شخص ما وفى قمة انفعالك بحسن جميله وطيب صنيعه تقدم مثلاً على أن تعطيه كل ما تملك محاولةً منك لرد معروفه دون أن تفكر فى نتائج هذا العمل.

أو ربما أساء إليك أحدهم فتدفعك عاطفتك للبطش به وربما قتله أيضًا دون أن تفكر فى نتائج هذا الإجراء.

لنستخدم العقل

لا بد أن يلعب العقل دورًا مهمًا فى إنضاج تجربة الحب والتى هى بالأساس تجربة عاطفية، ولكن لمسات العقل عليها تضمن لها السلامة وتقوّم مسارها.

ومن استخدامات العقل:

١ ـ أن يعلم الشخص هل الوقت مناسب لفرد المساحات لتلك العاطفة وما سيتبعها من خطوات وإجراءات ارتباط وزواج أم أن الأمر لا يزال بعيدًا وينبغى لتلك العاطفة أن تقتصر وأن لا يصيبها الجموح والانطلاق فى غير استعداد لتبعاتها؟

٢ ـ أن يدرس جيدًا إمكانية توافق الطرفين لتكوين حياة زوجية ناجحة، مراعيًا فى ذلك الجوانب الاجتماعية والثقافية والفكرية.

٣ ـ العقل يدرك تمامًا أنه من الصعب أن تجد فتى أحلامك أو فتاة أحلامك فى صورة مثالية بالضبط كما تخيلتها وانتظرتها.

٤ ـ يدرك العقل أن الحياة ولا شك فيها من المتغيرات والعواصف والرياح التى قد تهز شراع الحب أو تحنيه حينًا، ولكن ليس معنى ذلك الاستسلام وأن هذا هو نهاية المطاف، فلتلك العواصف لحظات وتعود بعدها الحياة هانئة هادئة.

٥ ـ ولكنه أيضًا يعلم أن هناك من المتغيرات والقواصف ما لا يصلح بعدها إصلاح ولا يجب أن يكمل بعدها المشوار.

٦ - بل وعلى العقل الناضج أن يبحث بموضوعية من البداية عن إمكانية وجود مثل تلك التنافرات بينه وبين الطرف الآخر، والتى قد تخفيها عاطفة متوقدة، ولكنها فى حقيقتها سدٌّ منيعٌ لن يصلح الحال بين الطرفين بوجود مثل تلك الصفات المتنافرة المتضادة.

٧ - يدرك العقل أن كل طرف هو وليد ثقافة وتربية امتدت على مدار عمره الذى قد يقارب العشرين أو يزيد، وأن عليه - إن رضى بالطرف الآخر وتأكد أن ثقافة الآخر وصفاته باختلافها لن تكون معوقًا فى الطريق - أن يتقبل تلك الاختلافات ويتفهمها.

٨ - ولكنه أيضًا يعرف أن كل شىء وكل الصفات قابلة للتغير، ولكن هذا التغيير لا بد وأن يسبقه اقتناع ورضا، وألا يكون فى اتجاه أحد الطرفين، بقدر ما يكون فى اتجاه الأصح من الطرفين.

ملحوظات مهمة على العقل:

١ - فى حال استخدام العقل ينبغى تمامًا أن يسكن صوت العاطفة لحين أن يصل العقل لقراره بعيدًا عن المؤثرات، وبعدها يعرض ما وصل إليه العقل مجردًا على العاطفة، ليتشاورا معًا ويصلا إلى قرار.

٢ - فى بعض اللحظات هناك محطات مصيرية فاصلة وينبغى أن يكون للعقل فيها الدور الأكبر، وإذا لم يصل العقل والقلب لتوافق واتفاق: فإن الاستماع لصوت العقل فى أغلب تلك المواقف يكون هو الأصح والأسلم.

٣ - يستطيع العقل أن يتفهم رأى الآخرين - الأكبر سنًا - فيمن اختار قلبه للحب، فربما نصحوه بالابتعاد ووضحوا الأسباب، ويدرك كيف يفصل بين رضاء والديه وإرضاء عواطفه القلبية.

٤ ـ "من يده فى الماء ليس كمن يده فى النار"؛ مقولة صحيحة وتنطبق تمامًا على العقل والعاطفة؛ لذا حاول فى حال استشارة العقل أن تتخيل أن المشكلة لا تخصّك أنت، تخيل أنها مشكلة لقريب أو عزيز عليك، يعرضها عليك فبماذا كنت ستنصحه؟

تخيَّل أن هذه القصة هى فيلم مجسّد، ترى ما هو الموقف البطولى الذى كان يجب أن يفعله البطل حتى ينال تصفيق الحضور والمشاهدين؟ فَكِّر فى هذا الدور ومواقف البطل وكيف يجب أن تكون، وأنت لست أقل من البطل فى حياتك.

أخيراً..

العاطفة هى أمر قد لا نملكه ولا حرج فيها، ولكن الحرج فى الأفعال والتصرفات التى تتبع تلك العاطفة، وهل جاءت موافقة لما يرضى ربنا ويوافق شرعنا أم أنها جاءت غريبة مخالفة لما يرضى الله عز وجل؟

ما سبق هو مجرد خطرات وومضات لا تضىء مثل هذا الموضوع من كل جوانبه أو تحل أزمته أو تكشف حقيقته وفلسفته، ولكنها بعض الأدوات قد تفيد حيرانَ وقد تروى ظمآنَ، ولكن يبقى لكل حالة خصوصيتها ولكل تجربة تفاصيلها.

■ ■ ■

4

بين الجنس والحب

الجنس حاجة فيزيولوجية طبيعية وغريزية عند الإنسان موجودة عند الإنسان بشكلٍ فطرى، كما هو الجوع والطعام، وله هدفان رئيسيان متداخلان هما تلبية الحاجة العاطفية والجسدية وإنجاب الأطفال.

ما هو الهدف من ممارسة الجنس بين الزوجين؟

١ ـ الهدف الأول هو أنه من حكمة الله تعالى أن جعل الجنس متعةً من المتع الأهم فى الحياة، وهذه المتعة مرتبطة بهدف سامى هو إنجاب الأطفال واستمرار البشرية، ولو لم يكن الجنس ممتعاً لتحكم الإنسان بإنجاب الأطفال وقد تفنى البشرية، وبنفس الوقت يمارس الإنسان الجنس آلاف المرات ويستمتع به وينجب القليل من الأطفال فهو للمتعة وللإنجاب.

٢ ـ والهدف الثانى هو المتعة الروحية والجسدية والتعبير عن غاية الحب بين الزوجين ويقرب بينهما ويسبب لهما الطمأنينة.

كيف تتم ممارسة الجنس بين الزوجين بعد الزواج؟

الجنس حاسة غريزية عند الإنسان، فهى تخلق معه كحس الجوع والعطش....، ويتعلم الإنسان فنون الجنس من تلقاء نفسه ويتناغم أكثر

الأزواج بطريقة تناسبهما، حتى لو لم يكن لديهما ثقافة معمقة، وتتم عملية الجنس تدريجياً بتبادل كلمات الحب والتماس الجسدى ومداعبة مختلف أعضاء الجسم بين الزوجين وتنتهى بالجماع أو الإيلاج وهو إدخال العضو الذكرى فى المهبل ليصل كل من الزوجين للنشوة الجنسية، وهى تبلغ ذروتها بقذف المنى عند الرجل، وبالرعشة أو الأورجازم عند الزوجة. ويجب العلم أن كل ما يشاع عن ضرورة الإفراط بالثقافة الجنسية بالمجلات والأفلام ومواقع الانترنت هو لغاية التجارة والربح فقط.

ممارسة الجنس خلال المراهقة

قبل الزواج بعلاقة غير شرعية؟

هذا عملٌ خطير وكبيرة من الكبائر فى الإسلام، وجريمة اجتماعية، ومن يضمن لك أن من تمارس معه الجنس بطريق غير شرعى لا يمارس الجنس مع غيرك بنفس المبررات؟ وكيف تضمن خلوه من الأمراض المعدية عن طريق الجنس كالزهرى والسيلان والآيدز؟ والكثيرين ممن يقيمون علاقات جنسية غير شرعية قبل الزواج يتحدثون لرفاقهم عن تلك العلاقات مما يعطى انطباعاً عن الطرف الآخر أنه سيء وفاسد ويعرضه للمواقف المحرجة أو الاغتصاب!، وقد ينتهى الأمر بهم إلى الشذوذ وإنجاب أطفال غير شرعيين وعدم احترام الذات ومشاكل عائلية فى المستقبل..

ممارسة الجنس عن طريق الشرج؟

الشرج ليس من الأعضاء التناسلية ولا الجنسية، ولا يجوز ممارسة الجنس فيه، وهو محرم لأنه ضار للأسباب التالية:

- فتحة الشرج أو معصرة الشرج قوية ولكنها هشة وغير مهيأة للممارسة الجنسية

- لا يفرز الشرج والمستقيم أى مطريات كما يحدث فى المهبل... مما يسبب الألم الشديد...

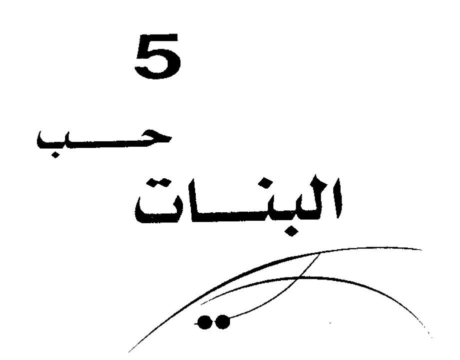
- الغشاء المخاطى للمستقيم والشرج هش وينزف ويتقرح بسهولة وينقل الأمراض خاصة الآيدز

- هناك الكثير من الجراثيم الضارة فى الشرج والمستقيم فهو مكان للبراز!

كلمة أخيرة:

لا يعرف الإنسان كم هى ممارسة الجنس سامية وراقية، ولا يعرف كم يسىء الكثيرون للجنس، إلا عندما ينظر إلى طفله الوليد الذى أنجبه ويتذكر عظمة الخالق الذى وهبه هذا الطفل نتيجة ممارسة الجنس الحلال مع زوجته!

■ ■ ■


5
حب
البنات

ما هو الحب؟

لا يوجد تعريف متفق عليه للحب! ولكن لأكثر المراهقين يكون الحب هو شعور عميق ولا يمكن التحكم به! تجاه شخصٍ ما من الجنس الآخر، يجعلك تشعر بالسعادة! وهو الشعور أو الرغبة بالعطاء والتلقى والاكتشاف والمشاركة مع هذا الشخص.

كيف يشعر أو يعرف من يحب أنه واقعٌ فى الحب؟

يظهر ذلك من خلال إحساسك برغبةٍ قوية لتكون مع شخص ما بطريقةٍ ما، والشعور بالحزن عندما يكون هذا الشخص من الجنس الآخر غير موجود أو غائب.

كيف يعرف من أحب أننى أحبه؟
أو كيف يكتشف ذلك من حولى؟

قد يكون الحب خفياً، وهناك الكثير من المراهقين ممن لا يبيحون به، ولكن من السهل ملاحظة علامات الحب على المراهق أو المراهقة من خلال النظرات والرغبة بالحديث عن ذلك الشخص والتواجد حيث يتواجد...

هل من حقى كمراهق أن أحب؟

لا يمكن التحكم بشعور الحب إذا حصل، ولكن يمكن التحكم بالمشاعر وضبطها، والهدف هو حسن الاختيار وعدم الوقوع فى الأخطاء...

إلى أى مدىً يمكن أن أذهب فى الحب إذا شعرت أننى أحببت شخصاً ما؟ هل أكلمه وأخرج معه.....؟

لا تتسرع! ولا تتسرعى! فقد يؤدى التسرع فى مثل هذه العلاقات إلى نتائج خطرة فلا يمكن التحكم بالمشاعر والرغبات فى هذا العمر، والأفضل أن تضع أمام عينيك أن كل حب صادق يجب أن ينتهى إلى الزواج الشرعى والقانونى، فهل أنت مستعدٌ للزواج وتكوين أسرة وأنجاب الأطفال؟ أم أن هناك مستقبلك ودراستك؟

أسرار تفضح الرجال عند الحب

هذه بعض الحركات التى يعبر بها الرجال عن حبهم بصمت:

١ ـ أن تضبطيه ينظر فى عينيك فالرجل المحب ستجدينه ينظر فى عينيك ليرى أعماق روحك ولمحاولة استيعاب أى حركة قد تساعده فى معرفة طبيعة مشاعرك نحوه.

٢ ـ إذا تلذذ باستفزازك وإثارة غيرتك.. فهو يحبك

٣ ـ الرجل المحب تجدينه يحاول الوقوف إلى جانبك بشكل ملحوظ فى الأماكن العامة، فالرجال غير الجديين تجدهم دائما يبحثون عن حب جديد فى كل مكان يدخلون إليه ولذلك إذا وجدت أن الرجل يحرص أن يدخل معك إلى أى مكان عام دون أن يتقدم أو يتأخر فإن ذلك يعنى انه ليس فى حالة بحث مما يعطى الانطباع انه ملتزم معك وجدى جدا فى علاقته بك.

٤ ـ الرجل الذى يحبك بصدق لن يفزع إذا ما قمت بمسك هاتفه الخاص، وإذا فعل ذلك فإنه يقصد انه قد أنهى جميع علاقاته السابقة وانه لا يوجد غيرك فى حياته لذلك فهو غير خائف أن تقومى بالعبث بهاتفه أو حتى الإجابة على مكالماته.

٥ ـ إنصاته الدائم لكلماتك وكأنه يسمعها لأول مرة تغير اهتماماته لتكون قريبة منك.

الجنس فى الخطوبة

(احذريه بكل قوة)

"أنا فى مشكلة كبيرة أعمل إيه؟" ... هذه جُملة عادة تُطلِقها الخطيبة التى يستميلها خطيبها إلى ممارسة الجنس قبل الزواج، أو حتى الاستمتاع دون جماع.

عزيزتى لم تحتارين فى مثل هذه المشكلة وهى ليست مشكلة فردية بل منتشرة:

أمامك حل من اثنين ... إما أن تخضعى لرغبات خطيبك، أو ترفضى بهدؤ وإصرار.

لنرى إلى أين يأخذنا كل حل:

الحل الأول: وهو الخضوع لرغبات الخطيب مما يضعك فى مشكلات كثيرة منها:

١ ـ لابد أن ينفرد بكِ ليس مرة واحدة بل مرات ليحقق ما يريد مما يسبب لكِ مشكلات مع المجتمع من حولك.

٢ ـ قد يصل الأمر إلى ممارسة حقيقية للجنس أثناء الخطوبة وهذا له نتائج خطيرة بالتأكيد بل و(كارثية).

٣ ـ قد يكون الخطيب ذو علاقات جنسية أخرى مما يدعو للقلق أن تحدث لكِ عدوى بأحد الأمراض الجنسية وبعضها غير قابل للشفاء وقد ينتقل للأجيال الآتية.

٤ ـ وقد تتطور العلاقة بينكما إلى إدمان للجنس قبل الزواج.

٥ ـ هناك احتمال كبير لفقد العذرية.

٦ ـ قد يحدث حمل أثناء الخطوبة مما يتسبب لكِ كفتاة فى مشكلات كبيرة جداً إجتماعياً ونفسياً وجسمانياً... وهذا قد حدث فعلا مع بعض الفتيات أثناء الخطوبة.

٧ ـ ستتغير فكرة خطيبك عنكِ، لأنه سيفقد الثقة فيكِ، وقد تصل إلى فك الخطوبة. وهذا أمر وارد، والمنطق يقول: "ما فعلته معى قبل الزواج ستفعله مع غيرى بعد الزواج". وماذا لو شعر بالضيق منكِ وأنهى العلاقة بعد أن نال مراده أثناء الخطوبة؟!

وما الجديد الذى ستقدمينه له عند الزواج؟!

وماذا لو مَلَّ من جسدك سريعا بعد الزواج؟ هل سيبحث عن جسد آخر؟!

ولنأتى إلى الحل الثانى:

وهو أن ترفضى بهدوْ وإصرار وإليكِ ما سيحدث:

١ ـ ستقابلينه أثناء الخطوبة فى دون خوف أو خجل من أحد.

٢ ـ قد ينهى علاقته بكِ، وحينها ستكتشفى أن هدفه فقط من الارتباط هو المتعة الجنسية والتى من أجلها يضحى بكل شىء حتى بعلاقته بكِ؛ وهنا تشكرى الله أنك لم تربطى مصيرك بشخص كهذا.

٣ - وقد يكون رد فعله العكس تماماً إذ أنه سيحترمك أكثر من ذى قبل فيرى أنكِ إنسانة ذات مبادئ وقيم وهذا سيكون له التأثير الإيجابى على علاقتكما فيما بعد وتكسبى ثقته.

٤ - ستكون فى داخلكما أشواق لإتمام الزواج والالتصاق فى جسد واحد.

٥ - عند الزواج لن يَملّ أحدكما من العلاقة الجنسية كزوجين، لأنها جديدة لكل منكما.

عزيزتى... الله خلق فينا الجنس كاحتياج أساسى وعملية حيوية هامة جداً مثل الأكل والتنفس... ولكن عند محاولة إشباع أى احتياج فى غير وقته المناسب ومكانه الصحيح وأسلوبه السليم، فإن هذا بالتأكيد يتسبب فى مشكلات كثيرة نحن فى غنى عنها. مثلاً... هل يصح للواحد منا كلما جاع أن يأكل أول ما تراه عينه أو أول ما تصل إليه يده؟!... أو هل يصح أن تفتحى فمك تحت الماء وتتنفسى؟!...

بالتأكيد لا يمكن إشباع أى احتياج بطريقة صحيحة إلا فى الوقت والمكان المناسب وبالأسلوب السليم والصحيح.

هكذا الجنس خلقه الله فينا لنمارسه فى إطار الزواج.ليس قبل الزواج : وليس فى تعدد العلاقات الجنسية ؛ وإلا أصبح مرفوض وله أضراره ومشاكله الكثيرة إجتماعياً ونفسياً وصحياً... بل وقد يثمر أطفال لا يقبلهم المجتمع ولا يعترف بهم أهل الدين.والجنس بين الزوجين، هو أعمق وأسمى مستويات الحب بينهما وللاستمتاع بمشاعر الحب العميقة لا بد من استخدامها فى الوقت المناسب وبالاسلوب الصحيح.

فهل تتخذى القرار أن ترفضى بكل هدؤ وإصرار... إغراءات الخطيب قبل الزواج؟!

أسئلة الخطوبة العشرة:

عندنا بعض الأسئلة التى نقترح على كل خطيبين ان يجيبا على هذه الاسئلة فى لقاء التعارف بينهما وقد جربت هذه الاسئلة وكانت لها نتائج ايجابيه وناجحه فى الزواج.

هل تعتبر هذه الأسئلة عاديه ويقدر أى واحد يسئلها لخطيبته... يعنى بمجتمعاتنا العربية وعاداتنا وتقالدينا؟

١ ـ ما هو طموحك المستقبلى وما هدفك فى الحياة؟

إن لكل إنسان أمنية فى حياته يسعى لتحقيقها سواءً فى المجال الاجتماعى أو الدينى أو الأسرى أو العلمى وغيره، ومن المهم فى بداية التعارف بين الخاطب والمخطوبة أن تكون الرؤية المستقبلية للطرفين واضحة. وكلما كانت الرؤية واضحة كلما قل الخلاف بين الزوجين فى المستقبل.

٢ ـ ما هو تصورك لمفهوم الزواج؟

إن هذا السؤال من الأسئلة المهمة بين الطرفين، وذلك حتى يتعارف الطرفان على بعضهما أكثر، تقول إحدى المتزوجات: فوجئت عندما عرفت أن مفهوم الزواج عند زوجى هو مجرد تحقيق رغباته الجنسية فقط، وأما أنا فلا احترام لى ولا تقدير وكل المسئوليات ملقاة على.

ويقول الزوج:

كم فوجئت عندما علمت أن مفهوم الزواج عند زوجتى أنة من أجل الأبناء وأنا معها فى مشاكل دائمة وإلى الآن لم يرزقنا الله الولد .فمعرفة مفهوم الزواج عند الطرفين والحوار حوله من الأمور التى تساعد على الاستقرار الأسرى مستقبلاً.

٣ ـ ما هى الصفات التى تحب أن تراها فى شريك حياتك؟

جميل أن يتحدث الإنسان عن مشاعره وما يحب وما يكره وأجمل من ذلك كله أن يكون مثل هذا الحوار قبل الزواج بين الخاطب والمخطوبة، حتى يستطيع كل طرف أن يحكم على الطرف الآخر إذا كان يناسبه من عدمه. ونقصد بالمحبوبات والمكروهات إلى النفس من السلوك والاخلاقيات والأساليب والمطعومات والهوايات وغيرها

٤ ـ هل تر من الضرورى إنجاب الطفل فى أول سنة من الزواج؟

لعل البعض يعتقد أن هذا السؤال غير مهم، ولكن كم من حالة تفكك وانفصال حصلت بين الأزواج بسبب هذا الموضوع وخصوصاً إذا بدأ أهل الزوج أو الزوجة يضغطون على الزوجين فى موضوع الإنجاب، ولكن على الزوجين ان يتفقا فيما بينهما على هذا الموضوع. وأن لا يكون سبباً من أسباب المشاكل الزوجية فى المستقبل، ونحن لم نقل أن الأفضل الإنجاب فى أول سنة أو التأخير وإنما نترك هذه المسألة لاتفاق الخطيبين.

٥ ـ هل تعانى من أى مشاكل صحية؟ أو عيوب خلقية؟

لا شك أن معرفة الأمراض التى يعانى منها الطرف الأخر لا قدر الله تؤثر فى قرار الاختيار الزواجى بل إن إخفاء المرض على الطرف الأخر يعتبر من الغش فى العقد فلا بد أن يكون ذلك واضحاً بين الطرفين سواًكان به عاهة مستديمة أو برص فى أماكن خفية من جسدة أو مرض السكر أو غيرها من الأمراض أو العيوب التى يعانى منها المقبل على الزواج.

٦ ـ هل أنت اجتماعى؟ ومن هم أصدقاوك؟

إن العلاقات الاجتماعية هى أبرز ما يميز الإنسان، ومهم أن يكون الإنسان اجتماعى الطبع يألف ويؤلف، يحب ويحب ومهم عند التعارف أن

يتعرف على الطرف الأخر من الناحية الاجتماعية كمعرفة أصدقائه وقوة علاقته بهم. وهل هو من النوع الاجتماعى أو الانطوائى.

٧ ـ كيف هى علاقتك بوالديك؟(إخوانك، أخواتك، أرحامك).

إن معرفة علاقة الخاطب أو المخطوبة بوالديه وأهله أمر فى غاية الأهمية وذلك لأنة كما يقال إن الزواج ليس عقداً بين طرفين فقط وإنما هو عقد بين عائلتين فالزوج لن يعيش مع زوجته بمفرده منقطعاً عن العالم من حوله، وإنما سيعيشان معاً وكلما كانت العلاقة بالوالدين بالوالدين حسنة كلما بارك الله فى هذا الزواج، وكتب لهذه العائلة التوفيق.

٨ ـ بماذا تقضى وقت فراغك؟ وما هى هواياتك.

كلما ازداد التعرف على الطرف الأخر كلما كان القرار بالاختيار سهلا وميسراً، وإن معرفة ما يحب الإنسان عملة فى وقت فراغه دليل على شخصيته ومعيار لطموحه وأهدافه فى الحياة ونظرته لمستقبله وشخصيته.

٩ ـ هل لك نشاط خيرى أو تطوعى؟

كلما كانت علاقة الشخص بربه قوية كلما كان مأمون الجانب ويفضل أن تكون الفتاة أو الفتى يقتطعا جزءاً من وقتهما للعمل الخيرى التطوعى وذلك من خلال تقديم عمل انمائى أو مساعدة أو حضور مجالس الخير والاستفادة منها فإن هذا النشاط مما يجدد الحياة الزوجية ويقوى العلاقة بينهما لأنهما يسعيان فى هذه الدنيا من أجل هدف واحد وهو مرضاة الرب.

١٠ ـ ما رأيك لو تدخلت والدتى أو والدتك فى حياتنا الشخصية؟

إن هذا السؤال ينبغى أن يطرحة المقبل على الخطوبة وذلك ليتعرف كل واحد منهما على الأخر فى هذا الجانب ومدى حساسيته عنده فيتفقا

إذا اختلفا فى وجهة النظر على سياسة فى التعامل بينهما وطريقه فى حل الخلاف لو حصل تدخل من الوالد أو الوالدة أو حتى الجدة فى علاقتهما الخاصة. ويمكن أن تراجع صفحة تجارب ناجحة لتستفيد مما ذكر فيها.

■■■

5

حـــوارات..

الخطوبـة

يغفل بعض المخطوبين عن الأدوار الحقيقية التى تلعبها فترة الخطوبة فى التقريب بينهم، والتعريف بهم، وتقليل فجوة الخلاف، وتعميق أواصر الصداقة والحوار، وينشغلون بأمور ثانوية خلال هذه الفترة لا تسمن ولا تغنى من جوع، مثل: تبادل كلمات العشق والهوى، والحديث فى أمور ثانوية لا تؤسس العلاقة، ويتحمل الطرفان بعد الزواج نتيجة سوء استغلالهما لفترة الخطوبة، فلو أدركا أهمية الحوار قبل الزواج لما اشتكيا من صعوبته بعد الزواج.

وهنا يكمن السؤال: كيف نتحاور أثناء الخطبة؟ كيف نتأكد من "أهلية" الطرف الآخر لشراكة الحياة الزوجية؟ كيف نتواصل معه دون إثارة مشاكل مستقبلية؟ ما الموضوعات التى يجب أن نطرحها على طاولة النقاش؟ وما المسكوت عنه الذى يجب ألا نتطرق إليه؟ أسئلة كثيرة نحاول أن نطرحها على الخبيرة الاجتماعية الأستاذة نجلاء محفوظ ـ كاتبة صحفية، والرئيس المناوب للقسم الأدبى بجريدة الأهرام المصرية ـ وكان لنا معها هذا الحوار:

ما أهمية فترة الخطوبة؟

هى فترة مهمة جداً فى بناء العلاقة الزوجية؛ فمن خلالها يتعرف المرء على جوانب فى شخصية الطرف الآخر، وهنا تكمن أهمية الحوار

بين الخطيبين، يتعلم كلاهما فنون إدارة الحوار، ويكون الحوار موجهًا، وليس عبثيًا.

ما لغة الحوار التى يجب أن يستعملها الخطيبان؟

يجب أن يكون هناك احترام فى التعامل مع الطرف الابتذال والمزاح من خلال السباب، كما لا يصح مقارنة الطرف الآخر بالآخرين، وليكن الحوار بين الطرفين بسيطًا دون تكلف، ويساهم الود المشترك فى إنجاح الحوار بين الطرفين؛ بشرط ألا تتحول لغة الود إلى "دلال".

ويجب أن يسعى كل طرف إلى معرفة أكبر قدر من المعلومات عن شخصية الطرف الآخر من خلال إظهار حب التعرف والصداقة والرغبة فى بناء الجسور دون إلحاح أو ضغط، كما يجب أن يختار الخطيبان الوقت المناسب لإجراء هذا الحوار الفعال، والتوقف عن الحوار إذا قرب على المشاجرة قبل حدوث أى خسائر؛ مع تبادل أدوار المستمع والمتكلم بينهما، وعدم الضغط لنسخ الآخر على هوانا.

وإذا كانت هناك قضايا تحتاج للحسم - مثل عمل الفتاة بعد الزواج - يجب أن تطرحها بأسلوب مقنع وإيجابى، وأن يحسم الأمر قبل الزواج وعدم تأجيله إلى بعد الزواج؛ لأن كثيرين فى فترة الخطوبة يؤجلون المشاكل كلها إلى بعد الزواج حتى لا تحدث مشكلة فى فترة الخطوبة!

ولكنى هنا أنصح بأن يتم طرح الموضوعات التى تحتاج إلى حسم بشكل عاقل وحكيم، ووضع الخيارات بدلا من تهديد الطرف الآخر بفسخ الخطوبة إذا لم يستجب لمطالبه.

هل للخلاف فى فترة الخطوبة
دلالة على مستقبل العلاقة الزوجية؟

القدر المسموح به فى الخلاف هو الخلاف فى وجهات النظر فى الحياة، مثل الاختلاف بين الأصدقاء، فمن العجيب أننا نتقبل خلافاتنا مع أصدقائنا بصدر رحب، غير أننا نطلب من شريك حياتنا أن يكون نسخة منا، ويتطابق مع أفكارنا وميولنا برحابة صدر.

وينجح الحوار بين الخطيبين إذا تم إدارته كالحوار بين الأصدقاء، فمن الخطورة أن يكون هناك تحفز لرأى الطرف الآخر، وتفسيره على المحمل السيئ، وإصدار أحكام مسبقة للحكم على آراء شريك الحياة.

إلى أى حد يمكن أن يكون الخلاف
فى وجهات النظر فى حدود المسموح؟

ليس بالضرورة أن يكون الطرفان متطابقين - كما سبق أن أشرت بالقول - وأرى أن الخلاف فى التفاصيل ضرورى لإثراء الحياة؛ لأننا لا يمكن أن نتزوج بمن هم نسخة لذاتنا.

ولكن يجب الوقوف أمام بعض الصفات السلبية التى يمكن أن نكتشفها مبكراً؛ مثل: عدم التدين، انعدام الشخصية والانسياق لكلام الآخرين فى الكبيرة والصغيرة، رغبة الفتاة فى فرض شخصيتها بالقوة، بخل الرجل... إلخ.

هل يمكن أن يتدخل الأهل فى تفعيل الحوار
بين الخطيبين؟ وما القدر المناسب لتدخلهم؟

يكمن دور الأهل فى أن يتم الحوار تحت رعايتهم، وتوفير مكان مفتوح فى البيت أمام الأسرة، ودور الأم هو توعية البنت بأن فترة

الخطوبة ليست مجرد سماع كلمات حلوة من الخاطب، ولكنها جزء من الحوار.

وكما يقول المثل: تكلم كى أراك.. وهنا يكون دور الأهل، مجرد توجيه خارجى لشكل الحوار وأهم عناصره، ولكن على الطرفين عدم حكى تفاصيل الحوار للأهل إلا للاستشارة الضرورية من أهل الخبرة فقط، وعدم استشارة الأصدقاء فى الأمور الخاصة بين الخطيبين؛ لأن افتقادهم للخبرة سينعكس بالضرورة على استشاراتهم، واقتراحاتهم.

ما الموضوعات التى يجب أن يطرحها الخطيبان فى هذه الفترة؟

من المهم أن يتعرف كل طرف على الاهتمامات الشخصية للطرف الآخر، وتصوراته لكيفية الحياة فى المستقبل ومعلومات أكثر عن أهل الطرفين، ومناقشة الأمور المستقبلية بهدوء تجنبًا لحدوث مفاجآت مستقبلية.

ما الموضوعات التى تحذرين من أن يطرحها الخطيبان فى هذه الفترة؟

هناك قائمة من الموضوعات أحذر من تناولها فى أجندة الحوار أثناء فترة الخطوبة: من بينها:

عدم الخوض فى الكلام عن الجنس

ينبغى تجنب الحديث فى الجنس؛ لأنه حرام، وكذلك لأن الكلام فى الجنس لا يتوقف عند مستوى الحديث، بل يتدرج إلى الفعل، كما يمكن أن تحدث بينهما مشاكل بسبب الجنس قد تؤدى إلى إفشال الخطوبة، وقد يشك الخاطب فى خطيبته بسبب تجاوبها معه حتى وإن كان هو المُلِّح على فتح هذه الموضوعات.

والخطورة الحقيقية أن الانشغال فى الأحاديث الجنسية تشغل الطرفين عن التعرف على شخصية كل منهما؛ لأن الرغبة الجنسية تطغى عليهما ليتجاهلا اكتشاف بعضهما بعضًا، ويجب غلق هذا الموضوع بحسم شديد جدًا.

عدم إفشاء الفتاة لأسرار أهلها

فلو كانت الفتاة على مشاكل مع أهلها، فالأفضل ألا تفشى أسرار أسرتها، وأن تمسك لسانها، وتستر هذه الخلفيات؛ حتى لا تدفع بعد الزواج ثمن هذه الاعترافات الأسرية، فهناك من الأزواج من يستغلون هذه المعلومات فى إحراج الزوجة، وكسر شكيمتها.

فترة الخطوبة.. كيف نستفيد منها؟ ونتخذها جسرًا الى السعادة والاستقرار:

الكثير من المقبلين على الزواج يستهينون بفترة الخطوبة، ويظنون أنها محطة سرور وسعادة، وجو عطر للأحلام وحلو الكلام، لكن قد يحدث بعدذلك أمور، ومفاجآت غير حسنة إذ انه حين يحين الزفاف ويتم الزواج وتمضى فترة يكتشف كل طرف أمور لم يراها من قبل ولم يتوقعها لان كل طرف لم يظهر حقيقته وبالتالى قد تكون هذه الفترة سببا لخلافات زوجية فيما بعد.

فى مجتمعاتنا لا توجد العلاقة بين الرجل والمرأة قبل الزواج، لذا تأتى أهمية فترة الخطوبة فهى مرحلة مهمة ان تم إحياؤها بشروطها. إلا أن إجراءات الزواج فى بعض المجتمعات هى أن يراها فى يوم أمام أهلها وأهله ثم كتب الكتاب أو عقد القران والزفاف.

ففى فترة الخطوبة يطلع كل فرد على سلوكيات الآخر، مما يساعد على التأهيل النفسى لما هو مقبل عليه، وقد يستطيع أحدهما تغييربعض

الصفات غير المرغوبة من الآخر، ويمكن الاستفادة من المكالمات الهاتفية واستغلال الزيارات فى توضح العديد من الجوانب فى شخصية كلا الطرفين وتساعد على تجنب المشاكل فى المستقبل.

يعرف البعض أن الحياة الزوجية تمر بـ ٣ مراحل، أولاها التعارف ثم مرحلة التآلف وأخيراً التكاتف، والخطيبان يجب أن يعرف كلاهما الآخر بحقيقته وليس بإيجابياته فقط، وأن الحب والمودة والرحمة ليست هى العشق كما أنها تُبنى ولا توجد بين يوم وليلة، كما على المخطوبين أن يدركا أنهما فى مرحلة بناء، والبناء يستوجب التخطيط والتنسيق والصبر، وهذا لا يتم إلا بالاستعداد لما يلى ليلة الزفاف، لأن المشكلة عند كثير من الناس أنهم يستعدون لليلة الزفاف فى حين يهملون التخطيط والاستعداد لما يلى تلك الليلة من سنوات، والغالب أنهم يتركونها للعفوية والتجارب والمحاولة والخطأ، وهنا تحدث المشاكل، إذن المنطقَ السليم يدعونا لأن نستثمر فترة الخطوبة بالصراحة والتخطيط وعدم تقليد تجارب الآخرين إلا بعد تمريرها على مصفاة، حتى لا نمشى على أخطاء الآخرين.

وهنالك جانب آخر هو الاندماج فى هذه الأسرة اندماجا مريحا سعيدا بلا تكلف أو مشقة اما إذا كان هناك تناقض كبير بين طبائعهم وأسلوب حياتهم ومعتقداتهم، وبين طباع أسرتك وأسلوب حياتك الذى نشأت عليه ومعتقداتك، فإن هذا التناقض قد ينغص عليك حياتك الزوجية فالنشأة والتربية الدينية مثلا، يستحيل ن تنسجم وتتواءم مع حياة التسيب والانحلال والتحليل من القيم الأخلاقية كما إن الاختلاف الكبير فى مستوى المعيشة ومستوى التعليم والثقافة والمعرفة، يجعل من العسير على الأمور إن تجرى فى مجراهاالطبيعى.

ولا نوافق الرأى من يقول لكى ما دمت مقتنعة بزوجك مؤمنة بأنه الرجل الذى تنشدينه، فما أهمية ان تقتنعى بأسرته وأهلة، وما أهمية ان تنسجمى معهم ما دمت منسجمة مع زوجك انسجاما تاما، لأنه من المستحيل ان تنقطع صلته بأهله بعد الزواج.

أفكار ومواضيع للحديث فى فترة الخطوبة:

تتميز فترة الخطوبة بأنها، فى نظرى، احلى فترات العمر مع شريك العمر، وكل طرف فيها يظهر للاخر عكس شخصيته الطبيعية ويحاول اظهار الجانب المضىء من شخصيته..

ان الغرض الأساسى لفترة الخطوبة هو دراسة الطرفين لبعضهما البعض بدقة.. لذا فإن اساس العلاقة فى هذه المرحلة يجب ان يكون البساطة والصراحة..

من اجل انجاح فترة الخطوبة وتحقيق الغرض المنشود منها، إليكم بعض المواضيع التى يمكن للخطيبين تداولها للتعرف على بعضهما البعض اكثر..

١ - من المهم جدا التحدث مع الخاطب عن الأمور التى يحبها ويكرهها والصفات التى تعجبه.فيمن ستكون زوجته، والعكس بالنسبة للفتاة.. فمن الأمور التى تساعد على تقليل المشاكل فى المستقبل بإذن الله هو فهم كل واحد لنفسية وطبيعة الشخص الآخر والصفات التى تميزه والسمات الأساسية فى شخصيته.. كما ان الأمور المحببة للنفس أن يشعر كل طرف الشخص الآخر أنه يسعى لمعرفة ما يحبه فيأتى به وما يكرهه فيجتنبه.

٢ ـ التحدث عن علاقة كل منهما بوالديه وأسرته، وأقرب الأشخاص إلى نفسه فى العائلة.. وهذه مهمة وخصوصا ليعرف كل منهما مكانة الوالدين ويتقبلان هذه العلاقة القوية التى لا يمكن أن تضعف بمجرد الزواج.

٣ ـ أيام الطفولة وأجمل ذكرياتها ومشاغباتها.

٤ ـ أيام الدراسة واجمل ما فيها وأسوء ما فيها أيضا.

٥ ـ التحدث عن الأصدقاء واعزهم على نفسه.. ومكانة أصدقائه فى حياته فالبعض يكون لأصدقائه مكانة كبيرة وخصوصا أصدقاء الطفولة.. والبعض لا يهتم كثيرا بعلاقات الصداقة.

٦ ـ اطرف المواقف واظرفها فى حياتها بشكل عام.

٧ ـ الأكلات والحلويات التى يحبها.

٨ ـ الهوايات التى يمارسونها، والتى يحبونها ولكن لم يتمكنوا من ممارستها إلى الآن.

٩ ـ البلاد التى يحبونها ويرغبون فى السفر إليها، والتحدث عن رحلات سفر لو كان احدهما قد سافر إلى بلد معين، والتحدث عن اجمل ما فى الرحلة ومشاعره فيها.

١٠ ـ تخيل حياتهما سويا بعد الزواج، وبعد سنتين وثلاثة وعشرة، وعشرين عاما، وحتى التحدث عن تخيل مستقبلهما عندما يشيخان سويا ويصبحا جدا وجدة.

١١ ـ من الأمور الرائعة هى أن يتفقا على سماع شريط مثلا، أو قراءة كتيب، وإعطاء كل منهما للآخر خلاصة هذا الشريط أو الكتيب، أو

القارءة فى موضوع مثلا (حق الزوج على الزوجة) أو العكس ويتفقا ان يحضر كل منهما خمس حقوق مثلا.. أو شرح مبسط لأسماء الله الحسنى فى كل مكالمة.

وفائدة هذه الطريقة أنها تعود الزوجين على الطاعة معا قبل الزواج، ومن ثم يستمر ذلك بعد الزواج.. وهو مما يزيد الترابط الروحى بينهما.

والآن إليكم مجموعة من الأسئلة المختارة التى يمكن طرحها للتعرف على الطرف الآخر...

- كيف تنظرين إلى شريك حياتك؟
- ما أسس الزواج الناجح فى اعتقادك؟
- ما طموحك المستقبلى؟
- ما الأهداف التى تسعين لتحقيقها على المستويات كافة؟
- هل أنت موظفة؟ وما طبيعة عملك؟ ولمَ اخترت هذه الوظيفة؟
- ما مستواك العلمى؟
- هل تودين العيش فى سكن مستقل أو لا تمانعين فى أن تسكنى مع أهلى؟
- هل تعانين مشاكل صحية؟
- ما رأيك فى حفلات الزواج، وهل تريدين إقامة حفلة أو لا؟
- من أقرب الناس إليك؟
- كيف تختارين صديقاتك؟
- أى الأشخاص تلجأين إليه عندما تواجهك مشكلة كبيرة؟
- هل تشاركين فى الندوات والمحاضرات واللقاءات الاجتماعية العامة؟

- هل تحبين الإكثار من الزيارات العائلية؟

- ما طبيعة العلاقة التى تربطك بوالديك؟

- هل أنت جادة فى طبعك أو فيك ميل إلى الدعابة؟

- ما هواياتك المفضلة؟

- هل تميلين إلى القراءة والمطالعة، وماذا تقرأين؟

- هل تعترضين على زوجك إذا استمتع ببعض هواياته كالقراءة ومشاهدة التلفزيون أو أى هواية أخرى؟

- هل تحبين السفر إلى الخارج؟

- هل تحبين الذهاب إلى السوق؟

- ما أنواع الطعام التى تفضلينها؟

- هل تجيدين الطبخ؟

- ما رأيك بالأزياء وماذا تختارين منها حالياً وماذا ستختارين بعد الزواج؟

- ما مفهومك للأمومة؟

- هل تمانعين فى أن ننجب طفلاً فى السنة الأولى؟

- هل تعتمدين على الخادمة والمربية فى تدبير شؤون المنزل؟

- هل تعتمدين على نفسك فى تلبية احتياجاتك؟

- هل توافقين على تدخل الزوج فى اختيار ملابسك؟

- هل تسمحين لأحد بالتدخل فى شؤوننا الخاصة مهما تكن درجة العلاقة والقرابة؟

- إذا وقعت أخطاء منى فى المستقبل فكيف تعالجينها؟

رحلة (الثقة) من الخطوبة إلى الزواج:

مشكلة الشك والظنون وعدم الثقة بين الزوجين مسألة فى غاية الخطورة، فكم من الأسر تفككت أو هى فى طريقها إلى ذلك!! وكم من المتاعب والمشاكل التى تواجهها بسبب ضعف أو فقدان الثقة بين الزوجين، الذى يتبعه عادة ازدياد الشك والقلق بينهما، وتفسير التصرفات المعتادة على هذا الأساس!! فالمرأة سواء هنا أو هناك عندما تضعف ثقتها فى زوجها تفسر تصرفاته بوجود امرأة أخرى فى حياته. بل تبدأ بتفسير تصرفاته وفقاً لهذا الاعتقاد، ومع الوقت تتحول الحياة بينهما إلى جحيم. والرجل فى ذلك لا يبتعد كثيراً عن المرأة؛ لأنه هو الآخر إذا ضعفت ثقته فى زوجته بدأ بالتضييق عليها ومراقبة كل سلوكياتها، والتدخل فى كل خصوصياتها؛ مما يؤدى إلى نفورها منه.

وقد تنهار الثقة بين الزوجين لأسباب منها:

١ - الكذب والمداراة وعدم المصارحة.

٢ - كتمان أمور كل واحد منهما عن الآخر، وعدم التشاور.

٣ - دخول بعض الوشاة بين الاثنين.

٤ - ضعف الالتزام الدينى والإيمانى.

٥ - وجود بعض التقلب فى حياة أحدهما أو حياة الاثنين.

٦ - الميل لتصديق آخر أكثر من شريك الزوجية.

٧ - عدم الحكمة فى بعض التصرفات.

٨ - عمل أشياء مشكوك فى أمرها من أحدهما أو من الاثنين.

والثقة لا تعنى الغفلة، ولكنها تعنى الاطمئنان الواعى، وأساسه الحب الصادق والاحترام العميق، والصدق ركن أساسى فى بناء هذه الثقة.

فعلى كل من الطرفين أن يكون موضوعياً عندما يتعامل مع الآخر، وأن يتحمل المسؤولية الكاملة عن تصرفاته، ولا يحاول إلقاء اللوم أو التبعية على الآخر.. وإذا ارتكب أحد الطرفين خطأ فليعترف به، وعلى كل منهما أن يخصص وقتاً يومياً للحوار مع شريك حياته.

وعلى النقيض يُعدّ الكذب والمداراة وعدم المصارحة من أهم أسباب ضعف الثقة، فالزوجة التى اعتادت الكذب، وعدم الاعتراف بالخطأ تعطى الدليل لزوجها على ضعف ثقته بها وبتصرفاتها، وعدم تصديقها وإن كانت صادقة، والزوج الذى يكذب يعطى الدليل لزوجته كذلك، ولو التزم الزوج وكذلك الزوجة الصدق والمصارحة لخفت المشكلات بينهما.

ومع أن الآراء كلها اجتمعت على أن الصراحة هى قوام الحياة الزوجية السليمة، وأنه لا غنى عنها بأى شكل من الأشكال، كما أنها ضرورية لإيجاد التفاهم وحصول المودة، لكن اختلفت الأقاويل حول مدى الصراحة،

وتعريفها، ومدى علاقتها بالرجولة أو الأنوثة، وأمطلقة هى أم مقيدة؟، واجبة أم مستحبة؟ وما نسبتها بين الزوجين؟ أهى على مستوى واحد أم متفاوتة؟ وكيف تتحول من نعمة إلى نقمة؟

فما من شك أن الصراحة هى أساس الثقة بين الزوجين، وهى العمود الفقرى فى إقامة دعائم حياة أسرية سليمة خالية من الشكوك والأمراض التى قد تهدد كيان الأسرة بالانهيار، وأنه إذا ارتكزت الحياة الزوجية عليها كانت حياة هادئة هانئة، أما إذا أُقيمت على عدم

المصارحة فإنها تكون حياة تعسة، يفقد خلالها كلا الزوجين ثقته بالآخر.

ولكنْ للصراحة حدود، فهى بين الأزواج ليست كما يفسرها بعض الناس بأنها صراحة مطلقة وبلا حدود؛ لأنها بهذا التعريف تُعدّ نقمة وليست نعمة، فقد تؤدى إلى تدمير الأسرة خاصة إذا كان الزوجان ليسا على درجة كافية من التفهم والوعى والثقة المتبادلة، فلا يوجد شىء اسمه صراحة مطلقة خصوصاً فى الحياة الخاصة قبل الزواج، وليس من الحكمة أن يصارح أحد الزوجين الآخر بماضيه أو تجاربه الشبابية؛ لأنه حتى وإن غفرت الزوجة لزوجها فإن الزوج لن يغفر لها أبداً، ومن ثم تصبح الصراحة الإيجابية غير إيجابية عند تطبيقها على أرض الواقع، فينبت الشك بين الزوجين، ويبرز عدم الثقة، وتبدأ الأسرة بالانهيار، ومن قال: إنه يجب على الفتاة أن تسرد قصة حياتها على زوجها؟ هل هناك دليل شرعى يحض على ذلك؟ بل على النقيض أمرنا الله بالستر وليس بالفضيحة.

وما دمنا بصدد التحدّث عن مبدأ الصراحة بين الأزواج والزوجات فعلينا أن نتناول الشق الأول من الزواج، ألا وهو (فترة الخطوبة)، فيجب على الفتاة ألاّ تنسى أنها ستتزوج من رجل شرقى، وأنه سيظل شرقياً مهما حصل على شهادات أو سافر إلى بعثات، فالشرقى شرقى، ولن تتغير أفكاره مطلقاً تجاه فتاته، وما ينتظر منها من نقاء وصفاء، هنا علينا تحذير الفتاة من التمادى معه فى الحديث عن شخص كانت تتوقعه خطيباً، وأُعجبت به ولم تتم الخطوبة، أو قريبا تودّد إليها ولم تصدّه. فحكايات كهذه قد تؤثر فى نفسيه الخطيب مما يدفعه إلى فسخ الخطبة قبل إتمام الزواج.

فالرجل الشرقى مهما أُعجب بفتاة ما، وبأفكارها ومبادئها وأسرتها، فلن يرضيه إلاّ أن يكون الأول فى حياتها، حتى وإن تم الزواج فستسير الأيام صعبة بين خلافات وشجار وبكاء وتنتهى الأيام - المفروض أنها أيام العسل - إلى أيام نكد وحزن، وقد لا يضبط انفعالاته، فيصل الحال إلى الضرب والطلاق أحياناً.

وأما الشق الثانى من الزواج (بعد عقد القران) فقد أصبحت زوجته وقرة عينه، فعليكِ بالحذر، وأن تكونى الزوجة المخلصة المحبة، وأن تمدى جسور الصداقة والصراحة مع زوجك، وعليك التزام أوامر دينك، فلا يدخل قريب أو غريب فى غيابه، ولا تقابلى أحد الأقارب فى السوق مثلاً فتتمشى معه بحجة أنه قريبك، ثم تعودى لتصارحى زوجك، فهذه ليست بالصراحة، هذه لطمة لكبريائه وعزة نفسه، ولكى يحترم زوجك مبادئك وأفكارك، فلابد أن تحترسى لمساحة الحرية والثقة التى منحها لك الزوج، وأن ترجعى عن كل تصرف أحمق فعلته فى الماضى.

وحدود الصراحة الزوجية تتمثل فى مصارحة كلا الزوجين للطرف الآخر بما لا يضره أو يجرح مشاعره، أما فيما يتعلق بحياة كل منهما الخاصة البعيدة عن المنزل والأسرة والأبناء، كماضيهما أو علاقتهما بأصدقائهما أو أهليهما، فإنه لا يجب فيها المصارحة على الإطلاق. فليس من حقه بعد الزواج أن يطالبها بسرد قصة حياتها، ويطرح عليها الأسئلة التى لن تزيد إلاّ فى الفرقة: كمن أحببتِ؟ ومن خطبكِ قبلى؟ ومع من خرجتِ؟ وغيرها من الأسئلة التى هى إنذار ببداية انتهاء هذه العلاقة، كذلك فيما يخص علاقتهما الخاصة مع الأهل والأصدقاء، وذلك لأن للأهل والأصدقاء أسراراً خاصة يجب ألاّ يفشيها أى طرف، لاسيما وأن معرفتها لن تنفع بل ربما تضر بهما وبأهليهما، فلذا على

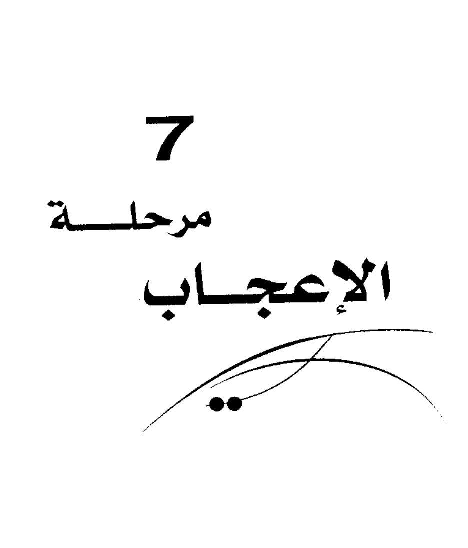
الزوجة التى تريد أن تحافظ على أسرتها، أن تصون سرها، ولا تبوح به لأحد، وبذلك فهى تكسب ثقة زوجها واحترام أهلها فى آن واحد.

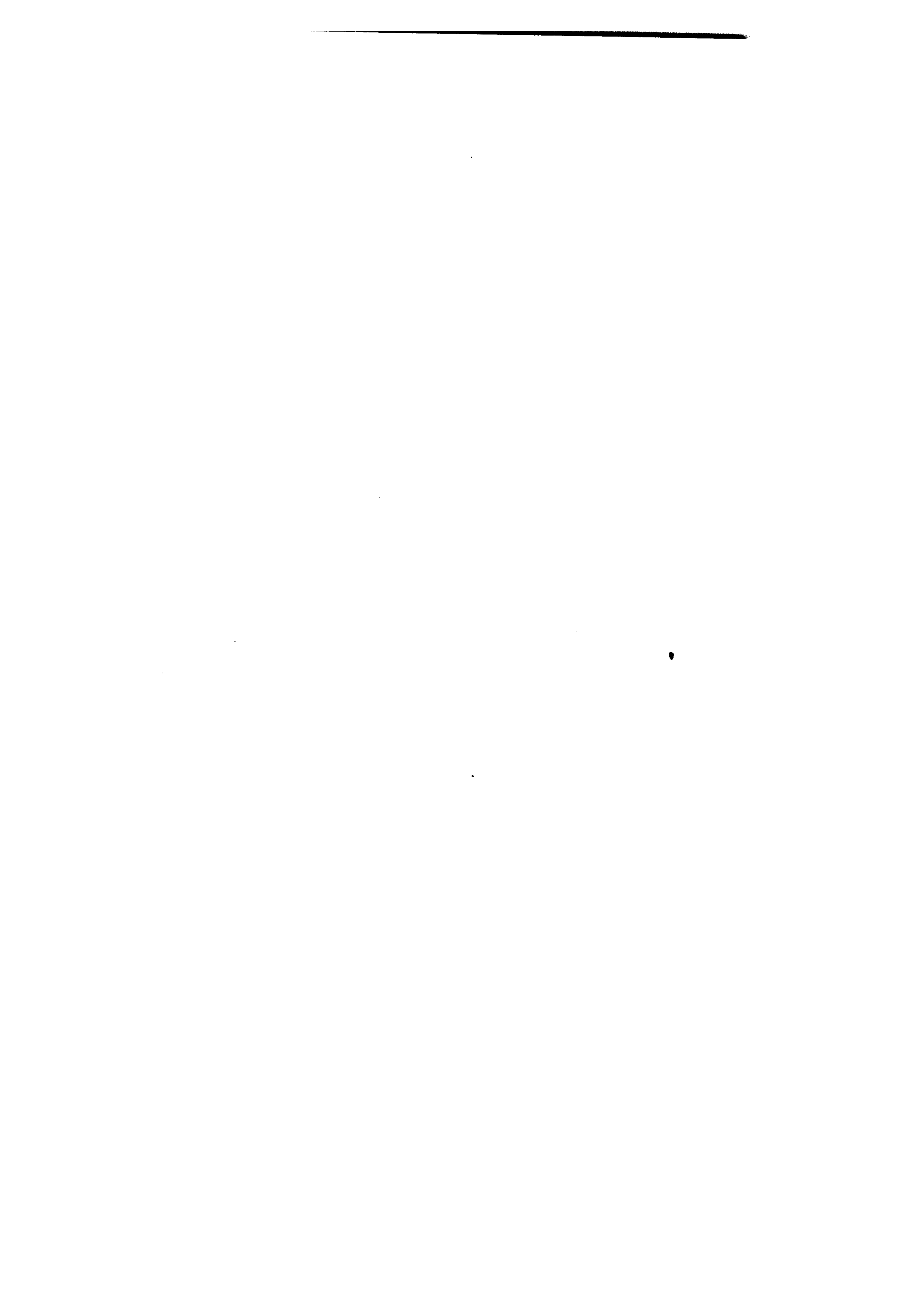
ومجمل القول: إن الصراحة ضرورية بين الأزواج، وهى الأساس السليم الذى تُبنى عليه الحياة الزوجية، وعدم توفر الصراحة بدرجة كافية بين الأزواج يُعدّ مؤشراً خطيراً لحياتهما معاً؛ إذ يفتح الكتمان باب الكذب والمواربة والمجاملة، وهذا لا يُعدّ نقطة إيجابية فى الحياة الزوجية. كذلك من المهم جداً أن تكون للمصارحة الزوجية حدود؛ لأنه وإن كان الزوجان عنصرين يكمل كل منهما الآخر، إلاّ أنهما فى النهاية يُعدّان شخصين مختلفين، لكل منهما حياته الخاصة وأسراره التى يجب ألاّ يطلع عليها أحد، خاصة إذا كانت تلك الأسرار لا تتعلق بحياتهما معاً، وإنما بعلاقة كل منهما بأهله وأصدقائه.

■ ■ ■

7

مرحلة الإعجاب





كثير من الناس لا يعرفون الفرق بين الاعجاب والشذوذ والكثير يتسائل:

لماذا هذا الاعجاب؟.. وكيف تقع الفتيات فى هذا النوع من الاعجاب؟.. وماهو علاجة؟ أو لا نعرف الاعجاب والشذوذ.....

الاعجاب: هو ظاهرة عادية يحدث فيها التوحد وتقمص الشخصيات.

الشذوذ: هو اضطراب فى هوية الجنس وله ارتباط فى الدوافع الجنسية.

لماذا الاعجاب؟

فتيات مرحلة المراهقة هن فى فترة تحديد الهوية، فيتعلقون بفتيات فى مثل سنهم وتكون هذه الظاهرة واضحة خصوصا فى المجتمعات العربية بسبب عدم الاختلاط، فلا تستطيع الفتاة تفريغ الدافع الجنسى الا بالاعجاب واقامة العلاقات مع نفى الجنس.

كيف تقع الفتيات فيه؟

فى هذه المرحلة تكون الفتاة فى مرحلة نضوج جنسى من الناحية الجسمية اما من الناحية النفسية والانفعالية والاجتماعية فلا تصل

لمستوى من النضج يسمح لها بالقيام بهذه الوظيفة.. وهى وظيفة الاتصال الجنسى فيظهر الدافع الجنسى فى هذه المرحلة بشكل واضح ويصاحب ذلك تزايد القلق والاضطراب النفسى خصوصا فى المجتمعات العربية التى تمنع الاختلاط..فلا تجد المراهقة طريقة للتنفيس عنهاالا بتكوين علاقة مع جماعات من نفس الجنس وينمو لديها شعور الاعجاب بهم.وتكون هذه الظاهرة منتشرة عند الفتياة اكثر من الاولاد ماالسبب؟

لان يتاح للولد التنفيس عن طاقاتة الجنسية عن طريق الرياضة وملء وقت الفراغ وغيرة لكن البنت حيث يظل هذا النوع هاجسا نفسيا كما انها تبقى حبيسة لاحلام اليقظة.

ماهو علاجه؟

الأم يجب عليها ان توجه ابنتها التوجيه الصحيح وبأسلوب لطيف.

المدرسة يجب عليها أن ترشد طالباتها من جميع الظواهر الغير مرغوبة.

الأب يرى احتياجات ابنته بكل حب ولطف.

لأن المراهقين باشد الحاجة للقدوة والارشاد والحب والحنان وعدم التعامل مع هذا السلوك بانه شاذ.

ارشادات تبعدك من الشذوذ

١ ـ املئ وقت فراغك بقراءة القران والكتب والمجلات.

٢ ـ مارسى اى نوع من انواع الرياضة لكى يتغير عليك الروتين اليومى.

٣ ـ خططى الى رحلات عائلية.

٤ ـ اجعلى امك كصديقة لك افتحى لها قلبك وكلميها عن مابداخلك بكل صراحة.

٥ ـ ابعدى الشيطان عن طريقك بقول: (اعوذ بالله من الشيطان الرجيم).

٦ ـ اجعلى لسانك بذكر الله بقول: (لااله الا الله وسبحان الله والحمد لله).

٧ ـ اختارى لك صديقة مؤذبة تحبك وتخاف عليك وتتألم لالمك متعاونة معك.

٨ ـ لا تصادقى البنت التى تتلفظ بالكلام الردىء والحركات الغير لائقة.

٩ ـ ابتعدى عن البنت التى تحب أن تفرض شخصيتها مثلا: التى تكون هى رئيسة المجموعة ويجب أن تكون كلمتها مسموعة ومفروضة.

١٠ ـ اغرسى فى عقلك كيف يجب أن تكون سمعتك بين الناس.

١١ ـ انظرى الى مستقبلك نظرة متقدمة أى: أن بعد زمن البنت مصيرها إلى بيت الزوج فإذا كنت بنت غير سوية فلن يكون لك مستقبل إلا مع انسان غير سوى.

١٢ ـ فكرى فى نظرة المجتمع لك اى ستكونين بنت غير مرغوب فيها.

وأخيرًا على كل بنت أن تحترم نفسها وان تجعل لها قيمة فى المجتمع وتبتعد عن هذه الأخلاقيات السيئة التى قد تحطمها نفسيا فى يوما من الأيام.

■ ■ ■



8

أسرار عالم البنات



البنات المراهقات لديهن الكثير من الخبايا والاسرار التى تكون مخفية عن الاسرة وبالطبع ليست تحت دائرة الاضواء وهذا ما يفسر لنا رغبة البنات فى الاختلاء بالصديقات بعيدا عن رقابة الاهل، فالبنات المراهقات يجدن شعور بألانتماء لبعضهن فى هذه المرحلة الحرجة فقد نرى البنات المراهقات يعشقن الجلوس لتبادل الاراء وقص الحكايات المثيرة عن الاقارب والصديقات فعالم البنات مليئ بالاثارة والاحلام الوردية الجميلة فهناك الكثير والكثير من المعلومات التى تخفيها الاسرة عن عمد عن البنات المراهقات، وقد تكون هذه المعلومات مادة مثيرة ومشوقة لمعظم البنات المراهقات، فكلام البنات لديه بريق خاص أخاذ حيث يحتوى على اسرار وقصص جميلة للبنات المراهقات، وقدتختلف وتتنوع اسرار البنات ولكن مضمونها تقريبا يكون متشابه، فهناك نوع من البنات لديهن اسرار تتعلق بعلاقات مع الشباب، وهناك نوعيات من البنات يحتفظن بأسرار وتجارب جنسية مع الشباب وقد لا يستطيعون الافصاح عنها سوى للصديقات، وهناك نوعيات من البنات ينكرن وجود اى اسرار لديهن فهم يعيشون فى احلام اليقظة ولا يجدن اى اهمية للافضاء بأحلامهن وافسراراهن لاحد، فمجرد الحلم يشبع لديها

الحاجة الى التنفيس التى يشبعها الافضاء بالاسرار للاصدقاء، لذلك نلقى الضوء اليوم من خلال " موقع حواء" على اسرار البنات المراهقات، ولكن نتعرف اولا على مفهوم الحب لدى البنات المراهقات، كما نتعرف على اسرار البنات الجنسية، وفى النهاية نتعرف على سبب عدم افضاء البنات لاسرارهن للأمهات.

الحب لدى البنات المراهقات:

الحب كلمة تذوب معها القلوب وتهيم بها النفوس، وقد تحولت هذه الكلمة بكل اسف إلى شىء آخر بعيدا كل البعد عن معناها الراقى، فقد أصبحت نظرات وخطوات ولقاءات وفى النهاية ضياع وعندما دخلت تلك الكلمة عالم المراهقين والمراهقات ضاع بسببها الكثير من البنات، فقد خسروا مشاعرهن الرقيقة وأشياء أخرى قد لا تعوضها الايام، فهناك مفهوم خاطئ لدى بعض البنات المراهقات وهو انهم قد حصروا " الحب" فى وردة حمراء ودمى ملونة وقلبين يخترقهما سهم، فقد غر البنات المراهقات الكلام المعسول واختلاس اللقاءات والانصياع وراء الرغبات الجسدية والشهوات غير مدركات ان الانصياع وراء الحب الذى يتبعه رغبات جسدية هو " حب " وهمى تضيع معه مفاهيم جميلة واشياء نبيلة، ولكن قد لا ينفع الندم فى بعض الحالات عندما يفوت الاوان.

اسرار البنات الجنسية:

لم تكن قط أسرار البنات خارجة عن العادة، بل وجودها لدى البنات يكاد يكون هو الحقيقة الثابتة فى حياتهن، فدائما ما تظهر لنا الفتاة من الخارج على أنها وردة بريئة طاهرة تشع براءة وطهارة ونقاء لا يشغل بالها سوى تبادل النكات والفكاهات مع الصديقات والتحدث عن احدث

عروض الازياء والموضات ومحاولة استكشاف عالم الجنس الاخر بكل تفاصيله، ولكن يبقى السؤال هل وقفت أسرار البنات عند هذا الحد؟ ام اننا نحاول عدم الخوض فى اعماق اسرار البنات لنتعرف اكثر على ما بداخل البنات وما يختلج فى نفوسهم؟ قبل الإجابة على هذه التساؤلات يجب ان نعترف ان البنات لديهم قدرات هائلة على اخفاء ما يدور فى الذات والتخفى وراء ستاء الطهر والنقاء لبلوغ بعض الغايات والاهداف، وهذا بالقطع لا يمكن ان نعممه على كل البنات، ولكن نستطيع ان نقول ان هناك بنات قد تدفعهن الظروف الى تمثيل دور مثالى طاهر وهم بمنأى عن مثل هذه الصفات، فقد كان هناك مفهوما قديما يرى ان الممارسات الجنسية فى فترة المراهقة تقتصر على الذكور فقط دون الاناث كنوع من التنفيس الجنسى بفترة المراهقة، ولكن للأسف فالتطور التكنولوجى الذى شهده العالم وكان له اكبر الاثر فى اثراء دور المراة العالمى كان سلاحا ذو حدين فمشاركة المراة وتقاسمها فى الحقوق مع الرجل جعل لديها الكثير من المتطلبات وبالتالى الحقوق التى تعد غريبة بعض الشيئ على المجتمعات العربية، فقد نرى ان الاختلاط بين الذكور والبنات بعد ان كان محدودا أو فى طى الكتمان اصبح هناك جهر به كحق ادمى وكأن حرية البنات العصريات تكمن فى مخالطة الشباب والتشبه بهم وممارسة بعض الحركات التى تتجاوز الحدود الاخلاقية التى اعتدنا عليها فى المجتمعات العربية.

لماذا اسرار البنات مع الصديقات وليس الامهات:

سؤال قد يتبادر الى الاذهان ولكن الإجابة عليه سهلة وبسيطة ونعلمها جميعا، فمع بداية سن المراهقة تبدأ الفتاة تنغلق على نفسها وصديقاتها ويكون لها عالمها الخاص وتكون اقرب لاصدقائها عن اهلها

مكونه عالم مليئ بالاسرار بينها وبين رفيقاتها رافضة اى تدخل من والدتها واعتبارها جاسوسة تبغى التطفل على حياتها بدون وجه حق، فالبنات لديهن مقولة مشهورة وهى كالاتى على لسان البنات المراهقات" كونك امى لا يمنحك الحق فى التحكم فى حياتى والاعتراض على تصرفاتى ومصادرة افكارى فقد كبرت ونضجت ولن اعد محتاجة للنصيحة أو الارشاد" بهذه الكلمات التى توجهها بعض البنات الى امهاتهن نستطيع ان نقول ان هناك بعض البنات قد يعانين من عدم تفهم الامهات لهن ولمشاعرهن فهؤلاء البنات المراهقات لديهن حرمان عاطفى من عاطفة الامومة واحتواء الامهات لهن، لذلك نرى البنات يلجأن الى الصديقات للتعرف على اسرار عالم المراة والرجل فهناك شغف لدى البنات المراهقات للتعرف على عالم الجنس والعلاقة الزوجية وطبيعة العلاقة بين البنات والشباب ولان هذه الموضوعات من الموضوعات المحزورة لدى الغالبية العظمى من الامهات تلجأ البنات الى التعرف على تفاصيل هذه الموضوعات من الصديقات غير مبالية ان كانت هذه المعلومات صحيحة ام خاطئة فهى المصدر المتاح لها الذى يمكنها من الحصول على المعلومات التى تريدها بدون خجل أو خوف من الام، لتظل الأم بمنأى عن فكر وعقل ابنتها منتظره ان يحين الوقت لتعود ابنتها الى احضانها سائلة اياها عن كل ما يجول بخاطرها، ولكننا نتسائل هل سيحين الوقت الذى تلجأ فية البنات الى التعرف على الخبرات الحياتية من الامهات ام ان هذا ضربا من الاوهام وان هذا الزمان قد ولى وفات.

مشاكل البنات فى الحب

برغم ان البنات الطف الكائنات الا ان مشاكل البنات المراهقات كثيرا ما تعكر صفو احلى مرحلة تعيشها الفتاة، حيث تؤثر مشاكل البنات

المراهقات ليس على البنات المراهقات فقط بل تؤثر على الاسرة بأكملها، ولان مشاكل البنات المراهقات كثيرة ومتعددة سنتعرف اليوم سويا من خلال " موقع حواء"على بعض مشاكل البنات المراهقات فى الحب.

اوهام الحب فى فترة المراهقة:

قد تكون اوهام الحب مشكلة من مشاكل البنات المراهقات، فالفتاة فى مرحلة المراهقة قد يخيل اليها ان بعض مشاعر الاعجاب العابرة انها الحب الحقيقى الذى تحلم به، وقد تكون هذه الاوهام مشكلة من مشاكل البنات المراهقات فى المدرسة حيث نرى اعجاب الفتاة المراهقة بمدرسها فهذا الاعجاب قد يكون قائم على اسس نفسية بحته فقد تكون الفتاة تشعر بجفاء عاطفى من قبل الأب وتجد فى مدرسها المثل الاعلى الذى تقتضى به فيخيل اليها ان مشاعر الاعجاب التى تكنها لمدرسها بأنها حب حقيقى، وقد تكون الفتاة المراهقة يتيمة الأب ولا تجد متنفس لهذه المشاعر الا من خلال مدرسها ولان مرحلة المراهقة من ابرز سماتها حب الظهور والبحث عن الذات من خلال التعرف على الجنس الاخر فنجد الصبايا المراهقات يتسابقن وراء مشاعر العجاب التى يشعرن بها.

الحب من اول نظرة ومشاكل البنات المراهقات:

يعتبر الحب من اول نظرة احدى مشاكل البنات العاطفية، حيث يؤكد علماء النفس ان الحب من اول نظرة يعد مشكلة حساسة من مشاكل البنات المراهقات حيث يشكل الحب احساسا سريعا لدى الفتاة بالانجذاب نحو شخص لم يسبق لها لقاؤه لاعجابها باحدى صفاته كمظهره، أو قوامه أو ملامح وجهه أو طريقة كلامه ونبرات صوته أو تصرفاته، لذلك نجد ان هناك مشكلة شائعة من مشاكل البنات

المراهقات تطفو على السطح وهى عشق نجوم السينما والمغنين لهذه الاسباب السابقة وقد تعجب الفتاة المراهقة ايضا بشخص لمجرد انه يشبه مطرب مشهور أو ممثل جذاب فنجدها تعتقد انها تعيش قصة حب مع هذا الشخص معتقدة انها قد عثرت على فتى الاحلام الذى طالما كانت تتمنى ان تلتقى به ولكن الواقع عادة ما يختلف عن القصص الخيالية والأفلام السينمائية إذ أنه ليس من الضرورى أن يبادلها الفتى نفس الإعجاب، كما أن الإحساس الجياش قد يضعف ويتلاشى بعد أن يحدث بينهما لقاء أو عدة لقاءات يشعر خلالها أحدهما أو كلاهما أن الانسجام بينهما منعدم وأن الإحساس الجياش والهالة التى وضعتها الفتاة فوق رأس المحبوب لم تكن حقيقية بل وليدة الخيال ويشير الكاتب الأمريكى"أريك جودمان"عندما اجرى دراسة ميدانية على مجموعة كبيرة من الشباب من الجنسين فى المدارس الثانوية وبداية المرحلة الجامعية فى "نيويورك" ان مشاكل البنات المراهقات وايضا الشباب المراهقين فى الحب هو نتيجة الصدمة التى يخلفها " الحب من اول نظرة" لان غالبا يكون الحب من اول نظرة خادعا فى اغلب الاحوال أن الانطباع القوى فقد يكون هذا الإحساس ناجما عن ولع الفتاة المراهقة اقو الفتى بفكرة الحب نفسها أو لان أحدهما حاول تجسيد صورة أو صفات المحبوب الموجودة فى الخيال عند الاخر، ثم يتكشف له فى المستقبل أن الخيال مخالف للواقع كما أن الإعجاب القائم على الشكل الخارجى وليس الجوهر الداخلى سرعان ما يتلاشى.وعندما يكتشف المحب أن الواقع اختلف عن الخيال، وأن الحب من أول نظرة لم يسفر عن عاطفة مثمرة وأن المحبوب ليس الفتى أو فتاة الاحلام أو ذلك الملاك المرسوم فى الخيال يعتريه إحساس الإحباط والحزن والغضب ويشعر بأنه المسؤول

الأول عن خداع نفسه وقد يقع فى مشاكل نفسية نتيجة تلك الصدمة، لذلك اليك عزيزتى الفتاة المراهقة بعض همسات من " موقع حواء" لتتفادى مشاكل البنات المراهقات فى الحب وبالتالى تستطيعى ان تتعرفى على الحب الحقيقى.

الحب الحقيقى:

الحب الحقيقى عزيزتى الفتاة الصغيرة الجميلة لا يرتكز على النظرة الاولى للمحبوب وانما يكون بالاقتناع الكامل بجوانب شخصية الشريك وطريقة تفكيرة، فعندما تشعر الفتاة بأن الحب يغمرها وانها وجدت شخصا يشاركها افكارها واحاسيسها ويتفهمها ويتعاطف معها تشعر بالسعادة والراحة تغمرها وتكون مستعدة لان تفعل اى شيئ لاسعادة فى هذا الوقت ابشرك عزيزتى الفتاة بأنك قد وجدتى ما كنتى تحلمين به.

■■■

9

كيف تبنى ثقتك بنفسك

إن الثقة تكتسب وتتطور ولم تولد الثقة مع إنسان حين ولد، فهؤلاء الأشخاص الذين تعرف أنت أنهم مشحونون بالثقة ويسيطرون على قلقهم، ولا يجدون صعوبات فى التعامل والتأقلم فى أى زمان أو مكان هم أناس اكتسبوا ثقتهم بأنفسهم..اكتسبوا كل ذرة فيها.

انعدام الثقة فى النفس:

ماذا تعنى كلمة نقص أو انعدام الثقة فى النفس؟..أننا غالبا ما نردد هذه الكلمة أو نسمع الأشخاص المحيطين بنا يردون إنهم يفتقرون إلى الثقة بالنفس؟!..

إن عدم الثقة بالنفس سلسلة مرتبطة ببعضها البعض تبدأ:

أولا: بانعدام الثقة بالنفس.

ثانيا: الاعتقاد بأن الآخرين يرون ضعفك وسلبياتك.

ثالثا: القلق بفعل هذا الإحساس والتفاعل معه.. بأن يصدر عنك سلوك وتصرف سيئ أو ضعيف، وفى العادة لا يمت إلى شخصيتك وأسلوبك.

رابعا: الإحساس بالخجل من نفسك.. وهذا الإحساس يقودك مرة أخرى إلى نقطة البداية.. وهى انعدام الثقة بالنفس وهكذا تدمر حياتك بفعل هذا الإحساس السلبى تجاه نفسك وقدراتك.

ولكن هل قررت التوقف عن جلد نفسك بتلك الأفكار السلبية، والتى تعتبر بمثابة موت بطيء لطاقاتك ودوافعك، إذا اتخذت ذلك القرار بالتوقف عن إلام نفسك وتدميرها.

ابدأ بالخطوة الأولى تحديد مصدر المشكلة:

أين يكمن مصدر هذا الإحساس؟ هل ذلك بسبب تعرضى لحادثة وأنا صغير كالإحراج أو الاستهزاء بقدراتى ومقارنتى بالآخرين؟ هل السبب أننى فشلت فى أداء شيء ما كالدراسة مثلا؟ أو أن أحد المدرسين أو رؤسائى فى العمل قد وجه لى انتقادا بشكل جارح أمام زملائى؟ هل للأقارب أو الأصدقاء دور فى زيادة إحساسى بالألم؟ وهل مازال هذا التأثير قائم حتى الآن؟.. أسئلة كثيرة حاول أن تسأل نفسك وتتوصل إلى الحل... كن صريحا مع نفسك.. ولا تحاول تحميل الآخرين أخطائك، وذلك لكى تصل إلى الجذور الحقيقية للمشكلة لتستطيع حلها، حاول ترتيب أفكارك استخدم ورقة قلم واكتب كل الأشياء التى تعتقد أنها ساهمت فى خلق مشكلة عدم الثقة لديك، تعرف على الأسباب الرئيسية والفرعية التى أدت إلى تفاقم المشكلة.

البحث عن حل:

بعد أن توصلت إلى مصدر المشكلة..أبدا فى البحث عن حل.. بمجرد تحديدك للمشكلة تبدأ الحلول فى الظهور...اجلس فى مكان هادئ وتحاور مع نفسك، حاول ترتيب أفكارك... ما الذى يجعلنى أسيطر على مخاوفى وأستعيد ثقتى بنفسى؟

إذا كان الأقارب أو الأصدقاء مثلا طرفا أو عامل رئيسى فى فقدانك لثقتك.. حاول أن توقف إحساسك بالاضطهاد ليس لأنه توقف بل لأنه لا

يفيدك فى الوقت الحاضر بل يسهم فى هدم ثقتك ويوقف قدرتك للمبادرة بالتخلص من عدم الثقة.

أقنع نفسك وردد:

من حقى أن أحصل على ثقة عالية بنفسى وبقدراتى.. من حقى أن أتخلص من هذا الجانب السلبى فى حياتى.

ثقتك بنفسك تكمن فى اعتقاداتك:

فى البداية أحرص على أن لا تتفوه بكلمات يمكن أن تدمر ثقتك بنفسك..فالثقة بالنفس فكرة تولدها فى دماغك وتتجاوب معها أى أنك تخلق الفكرة سلبية كانت أم إيجابية وتغيرها وتشكلها وتسيرها حسب اعتقاداتك عن نفسك... لذلك تبنى عبارات وأفكار تشحنك بالثقة وحاول زرعها فى دماغك.

أنظر إلى نفسك كشخص ناجح وواثق واستمع إلى حديث نفسك جيداً واحذف الكلمات المحملة بالإحباط، إن ارتفاع روحك المعنوية مسئوليتك وحدك لذلك حاول دائما إسعاد نفسك.. اعتبر الماضى بكل إحباطا ته قد انتهى.. وأنت قادر على المسامحة أغفر لأهلك.. لأقاربك لأصدقائك أغفر لكل من أساء إليك لأنك لست مسؤولاً عن جهلهم وضعفهم الإنسانى.

ابتعد كل البعد عن المقارنة أى لا تسمح لنفسك ولو من قبيل الحديث فقط أن تقارن نفسك بالأخريين.. حتى لا تكسر ثقتك بقدرتك وتذكر إنه لا يوجد إنسان عبقرى فى كل شيء.. فقط ركز على إبداعاتك وعلى ما تعرف أبرزه، وحاول تطوير هوايات الشخصية.. وكنتيجة لذلك حاول أن تكون ما

تريده أنت لا ما يريده الآخرون.. ومن المهم جدا أن تقرأ عن الأشخاص الآخرين وكيف قادتهم قوة عزائهم إلى أن يحصلوا على ما أرادوا..

اختر مثل أعلى لك وادرس حياته وأسلوبه فى الحياة.

بنك الذاكرة:

يقودنا النقص الزائد فى الثقة بالنفس مباشرة إلى ذاكرة غير منتظمة فالعقل يشبه البنك كثيراً، إنك تودع يومياً أفكاراً جديدة فى بنكك العقلى وتنمو هذه الودائع وتكون ذاكرتك.. حين تواجه مشكلة أو تحاول حل مشكلة ما فإنك فى الواقع الأمر تسأل بنك ذاكرتك: ما الذى أعرفه عن هذه القضية؟ ويزودك بنك ذاكرتك أوتوماتيكيا بمعلومات متفرقة تتصل بالموقف المطلوب.. بالتالى مخزون ذاكرتك هو المادة الخام لأفكارك الجديدة.. أى أنك عندما تواجه موقف ما.. صعبا... فكر بالنجاح، لا تفكر بالفشل استدعى الأفكار الإيجابية.. المواقف التى حققت فيها نجاح من قبل... لا تقل: قد أفشل كما فشلت فى الموقف الفلانى.. نعم أنا سأفشل... بذلك تتسلل الأفكار السلبية إلى بنكك.. وتصبح جزء من المادة الخام لأفكارك.حين تدخل فى منافسة مع آخر قل: أنا كفء لأكون الأفضل، ولا تقل لست مؤهلا، اجعل فكرة (سأنجح) هى الفكرة الرئيسية السائدة فى عملية تفكيرك. يهيئ التفكير بالنجاح عقلك ليعد خطط تنتج النجاح، وينتج التفكير بالفشل فهو يهيئ عقلك لوضع خطط تنتج الفشل.

لذلك احرص على إيداع الأفكار الإيجابية فقط فى بنك ذاكرتك، واحرص على أن تسحب من أفكارك إيجابية ولا تسمح لأفكارك السلبية أن تتخذ مكانا فى بنك ذاكرتك.

عوامل تزيد ثقتك بنفسك:

عندما نضع أهداف وننفذها يزيد ثقتنا بنفسنا مهما كانت هذه الأهداف، سواء على المستوى الشخصى، أو على صعيد العمل، مهما كانت صغيرة تلك الأهداف.

اقبل تحمل المسؤولية.. فهى تجعلك تشعرك بأهميتك.. تقدم ولا تخف.. اقهر الخوف فى كل مرة يظهر فيها.. افعل ما تخشاه يختفى الخوف.. كن إنسانا نشيطا.. اشغل نفسك بأشياء مختلفة..استخدم العمل لمعالجة خوفك.. تكتسب ثقة أكبر.

حدث نفسك حديثا إيجابيا.. فى صباح كل يوم وابدأ يومك بتفاؤل وابتسامة جميلة.. واسأل نفسك:

ما الذى يمكننى عمله اليوم لأكون أكثر قيمة؟ تكلم! فالكلام فيتامين بناء الثقة.. ولكن تمرن على الكلام أولاً.

حاول المشاركة بالمناقشات واهتم بتثقيف نفسك من خلال القراءة فى كل المجالات.. كلما شاركت فى النقاش تضيف إلى ثقتك كلما تحدثت أكثر، يسهل عليك التحدث فى المرة التالية ولكن لا تنسى مراعاة أساليب الحوار الهادئ والمثمر. اشغل نفسك بمساعدة الآخرين تذكر أن كل شخص آخر، هو إنسان مثلك تماما يمتلك نفس قدراتك ربما أقل ولكن هو يحسن عرض نفسه وهو يثق فى قدراته أكثر منك.

اهتم بمظهرك ولا تهمله.. ويظل المظهر هو أول ما يقع عليه نظر الآخرين.

أسئله محرجة للبنات

حاولى أن تجاوبى على هذه الأسئلة بكل صراحة واكتشفى اذا ما كنت فتاة جريئة لا تشعر بالاحراج فى المواقف الصعبة.

١ ـ لو كنتى فى مظاهرة ماهى العبارة التى تهتفى بها ولمن تهتفى!!

٢ ـ من يكون الرجل الذى تقفين أمامه ضعيفة!!

٣ ـ عندما تكونى معجبة.. ما هى طريقتك فى الوصول الى قلبه!!

٤ ـ والدتك هل هى النموذج فى حياتك.. ولو لم تكن والدتك هل تكون كذلك!!

٥ ـ فى أحد الاماكن العامة رأيتى من كان يوما يسكن القلب.. يمسك بطفله.. كيف تكون ردة فعلك!!

٦ ـ كم مرة تنازلتى عن مبادئك من اجل رجل!!

٧ ـ ما هو الموقف الذى تضبطى فيه نفسك متلبستا بالتناقض؟

٨ ـ هل تتزوجى من تحبينه.. ام تحبى من تتزوجيه!! وايهما ترينه اجمل؟

٩ ـ ايهما اجمل ولماذا: الرجل فى الواقع ام فى الخيال!!

١٠ . هجرك من تحبينه.. هل تبادليه الهجر أم تتوددين له حتى تنعمين بوصاله مرة أخرى!!

١١ ـ لو كان مديرك رجل.. بماذا تهمسين له فى كل صباح!!

١٢ ـ هل خضت يوما حربا من أجل الوصول إلى قلب رجل.. وهل ظفرت بقلبه!!

١٣ ـ للمخطوبات هل تبوحين لزوجك باخطائك.. وهل يغفر لك تلك الاخطاء!!

١٤ ـ ماهى الكلمة التى تربكك من الرجل!!

١٥ ـ هل سكن قلبك رجل ما!!

■■■

10

بنـــات

الجامعــة

أولاً: نبدأ اولا بمظهر الفتاة طريقة اللبس اول ما يلتفت اليه الشاب شكل لبس الفتاة احترام الفتاة فى ملابسها سواء محجبه أو غير محجبه كل هذا ياثر فى طريقة معاملة الولد للبنت وحتى ان كان دائما يقول انا لا يهمنى المظهر لكن معظم الولاد بياخدوا بالهم من هذه النقاط الصغيره وتلقائيا ممكن تلاقى التعامل بعد فتره يتغير ويقل الاحترام وطبعا اللبس ليس دليل على احترام البنت الكامل لنفسها.

ثانيًا: مزاحها أو طريقتها فى الكلام مع اصدقائها البنات اى ان تقف وتضحك بصوت عالى ويكون حولها شباب وناس اى شاب يراها اكيد سيقول انها غير محترمه، لذلك يجب ان تراعى دائما اسلوبك فى المزاح ان يكون ظريف ولطيف ويليق بك.

ثالثًا: طريقة كلامك مع زميلك اولا ابتعدى عن الصوت العالى ثانيا حاولى دائما تتكلمى مع اى شخص باحترام وادب وحتى ان كنت ترى الاخرين يسخروا منه يعنى ببساطه تكونى بتتعاملى بذوق مع الكل.

رابعًا: دائمًا ضعى قواعد وحدود مع اى احد يتعامل معك وخاصة فى موضوع المزاح احذرى المزاح مع الشباب اى يجب ان تحافظى على احترامك وتضعى حدود فى التعامل من الاول واذا كنت خجوله ووجدت

نفسك فى هذا الموقف يجب ان تاخدى موقف من هذا المزاح ولا تعبريه حتى وان جاء يتاسف تأنبيه وتفهميه انك انسانه تتعاملى معاه باحترام وانك لا تقبلى المزاح بهذا الاسلوب

متى يكون الشاب جاداً معك؟

الرجال عادة لا يكونون جادين فى علاقاتهم بسبب عدم استعدادهم النفسى للارتباط ولكن الرجل يعرف من داخله انه جاهز للارتباط بدون أى تأثيرات خارجية لذلك نقدم نصيحة للنساء أن لا يحاولن الضغط على الرجل للارتباط لأنه عندما يكون مستعد ستجدينه هو الذى يسعى للزواج منك وليس العكس.

أما كيف تعرفين أن الرجل أصبح جاهز للارتباط فالمسألة بسيطة فهناك سمات واضحة تظهر عند الرجال تستطيعين بواسطتها تحديد الرجل الجاهز للارتباط فعلا.

أحد الظواهر أن الرجل يصبح يميل أكثر إلى الجلوس فى المنزل على الخروج والسهر مع الأصدقاء، ويكون هذا التصرف هو بداية الميل الطبيعى للاستقرار بحيث يصبح ينأى بنفسه عن الحفلات الصاخبة والعلاقات العابرة وتصبح نظرته أكثر عمقا وجدية تجاه علاقاته النسائية.

كذلك يبدأ الرجل بالتفكير جديا بالارتباط عندما يتحسن وضعه المادى ويستقل أكثر وقل اعتماده على مساعدة الأهل. فلا تتوقعى من الرجل الذى يعانى كثيرا فى تغطية مصاريفه الشهرية وفواتيره أن يفكر بإضافة عبئ مالى أخر وهو تأسيس منزل وتحمل مسؤولية عائلة. فالرجل الذى يفكر بالزواج هو شخص أصبح باستطاعته تغطية مصروفاته ويكون قد حقق نجاحا معقولا على مستوى العمل.

للتأكد من جاهزية الرجل الفطرية للارتباط هى من خلال نظرته للأطفال حيث يبدأ الرجل بالتفكير أكثر فى موضوع الإنجاب ويقوم بالكلام عن هذا الموضوع معك بل قد تجدينه ينظر بفرح إلى الأطفال فى العائلة تجعلك تحسين بأنه قد غدا مستعدا للخطوة التالية.

بالنهاية ستعرفين حتما انه قد وصل إلى مرحلة الاقتناع بالارتباط عندما تلحظين أن تصرفاته غدت أكثر مسؤولية عند تعامله معك وتبدئين بالإحساس انه يتصرف معك كأنكما مرتبطين فعلا حتى وان لم يكن يتخذ الخطوة الكبرى بعد.

تعلمى كيف تنمى نقاط ضعفك!

كثير ما نرى فتاة بمرحلة المراهقة تجد الكثير من العقبات والصعوبات وتشعر بالكثير من الألم والحزن لعدم قدرتها على تخطى هذه الصعوبات، وغالبا ما نجد الفتاة المراهقة تقوم بعملية اسقاط الفشل الذى لحق بها أو العقبات التى تواجهها على الأخرين، فكثيرا ما نرى فتاة مراهقة حزينة على حصولها على نتيجة غير مرضية فى الأمتحانات وترجع السبب الى صعوبة الأمتحانات كما نجد مراهقة تصدم فى كل صديقة ترتبط بها وترجع هذا الى وجود عيب فى الصديقة غير مدركه انها قد تكون هى السبب وان هناك نقاط ضعف بشخصيتها لابد من الأعتراف بها حتى تتجنب هذا النفور من الأصدقاء، فمن اسهل الطرق التى تسلكها الفتاة المراهقة هى القاء اللوم على الأخرين ليتحملوا تبعية اخطائها، لذا سنخبرك عزيزتى الفتاة المراهقة كيف تنمى نقاط ضعفك.

١ ـ عزيزتى المراهقة اعلم ما يجول فى خاطرك الأن من احزان عند اخفاقك فى اى علاقة صداقة أو ظهور نتيجة غير مرغوبة تتم عن

تقصير منك أو عدم اهتمام، فالأمر بالقطع قد يكون مؤلم ولكن لابد ان تكونى اقوى من هذه الأحزان ولتتعرفى على السبب الرئيسى لأخفاقك سواء فى اختيار الصديقة الوفية أو الأستذكار الجيد.

٢ ـ عزيزتى المراهقة لابد من الأعتراف بأنه لابد انك طرف فيما وصلتى اليه، فلا تلقى بأخطائك على الأخرين، وكونى شجاعة فى مواجهة اخطائك، فأولى خطوات النجاح هو التعرف على اخطائك وليس التبرأ منها.

٣ ـ عزيزتى المراهقة لا تقارنى نفسك بالأخريات فلا تضيعى وقتك فى مقارنة لن تأتى بفائدة فلكل شخص نقاط قوة ونقاط ضعف مختلفة عن الأخر، حاولى فقط النظر الى نفسك وقدراتك وامكانياتك واعملى على تدعيم نقاط القوة لديك ومحاولة تعديل نقاط الضعف التى تجديها بشخصيتك.

٤ ـ عزيزتى المراهقة لابد ان تدركى جيدا ان من الفشل يأتى النجاح فلا داعى لأن تلومى نفسك واستثمرى وقتك فى التعرف على سبل النجاح ونقاط ضعفك التى ادت الى فشلك، فكونى ايجابية ولا تبكى على اللبن المسكوب.

٥ ـ عزيزتى المراهقة لابد ان تعلمى جيدا اننا نتعلم دائما من اخطائنا، فمن الفشل ينبثق النجاح فلا داعى للقلق فالحياة امامك لتتعلمى منها ولكن حزارى ان تمر الخبرات امام عينك مرور الكرام، فالشخص الناجح هو من يتعلم من اخطائه واخطاء الأخرين ولا يترك مشاعر الأحباط والأكتئاب تملئ نفسه بل يجتهد ويسعى لأيجاد سبل النجاح وبالتالى ينمى نقاط ضعفه.

كيفية التقرب الى الفتاة؟

بعض الامهات لا يجدوا وسائل مناسبة للتعبير عن مشاعرهن تجاة الفتاة فى مرحلة المراهقة، فالام تدرك انها يجب ان تحتضن الفتاة فى هذة المرحلة لكسب ثقتها واقامة علاقة ود ومحبة بينها وبين الفتاة لكن بعض الامهات لا تجدن الطريقالسليم للتقرب من الفتاة فى هذة المرحلة الحرجة، لذا من خلال موقع النادى اليوم نهمس فى اذن الامهات.

كيفيةالتقرب الى الفتاة فى مرحلة المراهقة؟

١ ـ هدية مخبأة وسط ملابسها، أو ملابس جديدة موضوعة بداخل دولابها، تلك الهدية لن تنساها.

٢ ـ طبع قبلة على خدها أثناء نومها ينشر بجسمها إحساساً بالسعادة، وأعلمى إنها سوف تحس بها يوماً من الأيام حتى وإن كانت مغمضة العينين.

٣ ـ لا تحرميها من أحضانك، فبين كل فترة وفترة احضنيها بقوة، عند سماع خبر سعيد، أو قدمت لك شيئاً جديد فأعيديها لمنبع سعادتها.

٤ ـ عالجى أخطاءها بالبحث عن المسببات لا بنقد الأفعال، فعندما تجدين عليها أى تصرف لا يعجبك، أبحثى عن مصدر هذا الفعل، ومن أين تلقته؟، وماهى دوافعه؟ فقد يكون خلفه أمور أعظم تحتاج إلى إعادة بناء وتصحيح فى سلوكيات الفتاة.

٥ ـ تقربى من صديقاتها، واسألى عنهن، وحاولى أن تجلسى معهن، وأن يأتين لبيت ابنتك.فذلك يبنى بينكم جسور محبة وثقة وألفة بينك وبين الفتاة.

٦ ـ اتفقى مع مدرستها، أن تقدم لها جائزة مدفوعة من قبلك، إذا تفوقت الفتاة فى أى عمل أو أى جهد مدرسى.

٧ ـ حافظى على زيارتها فى مدرستها، وقابليها أمام مدرساتها ومديرتها، وأظهرى مدى فخرك بها أمامهم ومدى تساعدها معك فى بيتك، ثم انفردى بأعضاء التدريس واسأليهم عن كل مايخصها من سلوك وتجاوب وتعاون.

٨ ـ عالم الفتيات المدرسى ملىء بأشياء كثيرة وعجيبة، فهناك التفاخر والتنافس والمظاهر، كيف تجعلين الفتاة تعيش وسط تلك الأجواء ولا تتأثر بالسيئ منها.هذا يتطلب أن تكونى مطلعة على مايحدث فى الساحة من تلك المظاهر، فإذ لم تكونى مدرسة مطلعة، فيجب أن تسألى القريبات من المدرسات عن حال الطالبات، وما الذى يجذب اهتمامهن؟ وكيف يتأثر الأخريات ببعض من يروج لتلك المظاهر؟، وكيف الحلول التى يعمل بها فى المدراس للخرج من تلك المآزق؟

٩ ـ من الأشياء التى يجب أن تزرع فى نفوس الفتيات، أن العالم من حولنا يعج بالحسن والسيئ، وأن الإنسان الموفق هو الذى يحافظ على دينه وعاداته وتقاليده بدون أن يكون عرضة لكل صيحة أو صرخة تؤثر عليه، وأن أكثر الناس فهماً لتلك الأشياء السيئة والحسنة هم الذين عركتهم الحياة ولهم تجارب فيها، وأحرص الناس على مصالح أبنائهم هم آباؤهم، لذا فعندما تواجهنا بعض الشكوك أو الخيارات التى يصعب علينا أن نميز الحق والباطل فيها، فيجب أن نعود إلى من هم عونٌ لنا بعد الله، وهم الوالدين والمقربين من الأخوات وألأخوان والصالحين.

١٠ - تعريف الفتاة بالحلال والحرام، وثم زرع الرقابة الذاتية فى نفوس الفتاة يحرك فى نفوسهن الخوف من الله فى كل وقت وفى كل حين، فالأم قد تغفل، والأب قد ينشغل، والأخ قد يلهوا، ولكن يبقى السميع العليم البصير هو الرقيب على كل شىء الله سبحانه وتعالى.

١١ - إن كانت الفتاة تملك جهاز جوال، فرسالة حب ترسلينها لها تنعش قلبها، وتنير بصرها، وتشعرها بقدر المحبة التى تجمعك بها، فاجعليها مفاجأة بين كل فترة وفترة.

١٢ - إن علمت أى نشيد تفضل فاجعلى نغمة الاتصال القادمة منها هى بنشيدها المفضلة.

طموحات البنات

فتياتنا تحت العشرين يقفن على عتبة الحياة العملية، وينتظرن خطواتهن الأولى نحو الواقع وتبعات المعيشة؛ ولكن رؤيتهن حتى ذلك السن للحياة غالبًا ما تكون حالمة، وأمنياتهم وردية، فهن يحلمن بالتفوق فى الدراسة ليصبحن ذوى مراكز مرموقة، أو ليقدمن خدمات جليلة لبنات جنسهن.. وعلى استحياء وخجل منهن من يحلمن بحياة زوجية سعيدة.. وبعريس ذى ملامح وصفات نادرة..

أمنيات الفتيات وكيف ترسم مستقبلهن هذا هو ما تناقشه فى تحقيقها التالى:

أريد أن أصبح طبيبة

ففى البداية تقول هند على - من مصر ١٨ سنة - طالبة بالمرحلة الثانوية: "إن أمنيتى للمستقبل هى أن أتفوق فى دراستى، وأحصل على

مجموع كبير يمكننى من الالتحاق بكلية الطب التى طالما حلمت بالتخرج فيها: لأصبح طبيبة نساء وتوليد؛ وأرى أن هذا التخصص خاص جدًا بالسيدات، ويتوافق مع مبادئ الشريعة الإسلامية فى الحفاظ على خصوصية المرأة وعدم اطلاع الرجال على عوراتها حتى لو للتداوى والعلاج.

وكذلك حلم "فاطمة" ابنة الستة عشر عاماً أن تدرس الطب البشرى، وهى أمنية طالما داعبت مخيلتها منذ كانت فى مهدها، تقول هذه الفتاة التى التقيناها بعد انتهاء الدوام المدرسى فى ساحة مدرسة أحمد شوقى الثانوية للبنات بغزة: "منذ الصغر وأنا أحب مهنة الطب، وطالما مارستها أثناء اللعب مع الشقيقات والصديقات".

وتتابع أنها تحاول جاهدة لأن تبقى على تميزها فى الدراسة: لتتمكن من الحصول على المعدل الذى يؤهلها لدراسة الطب، تصمت قليلاً وترسم على وجهها ابتسامة تؤكد أن أمنيتها تلك على المستوى الشخصى، بينما أمنياتها على المستوى العام كبيرة ومتعددة بتعدد آلام شعبها، تتمنى أن يغدو الطريق إلى العالم أسهل بعد فتح معبر رفح للفلسطينيين جميعهم وليس للمرضى والحالات الإنسانية كما هو الحال حاليا، وتتمنى أيضاً أن تعود مشاعر الألفة والتوافق بين الفلسطينيين، وأن يزول الاحتلال وتتحرر القدس للتمكن من زيارتها والصلاة فى المسجد الأقصى.

حياة زوجية سعيدة

أما نهى سعيد - ٢٠ سنة حاصلة على دبلوم فنى تجارى - فترى أن التعليم والعمل والاجتهاد والطموحات العلمية غالبًا ما تكون أمنيات ثانوية أو غير

أساسية فى حياة الفتاة؛ لأنها من الممكن أن تستغنى عن كل تلك الأمور فى حالة زواجها مع تزايد مطالب الزوج وحاجات الأولاد وخدمات المنزل، وبالتالى فإن الأمنية الأساسية لدى الفتيات دائمًا ما ترتبط بالزواج وشكله المستقبلى، ومواصفات العريس الذى كان يطلق عليه فى الماضى "فارس الأحلام"، وفارس الأحلام ليس موجودًا حاليًا وإنما هو "عريس والسلام".

وتقول نهى إنها لا تستطيع أن تمنع نفسها من أن تتمنى وتحلم بحياتها فى المستقبل، ومن أن ترسم ملامح زوجها، وتتخيل شكل منزلها ولون سيارتها وأسماء أولادها، ولكنها سرعان ما تفيق على الواقع من حولها فمستقبلها سيكون كأختها الكبرى ملىء بالأزمات المالية، والمشاكل الزوجية، وشريك حياتها أبعد ما يكون عن تلك الملامح التى تمنتها فى يوم من الأيام حتى أولادها اعتادوا العناد والشقاوة.

حياة بلا منغصات

وتبدو أمنيات إيمان يوسف ١٨ عاماً لا حدود لها، فهى متطورة بتطور الأوضاع حولها، تتمنى الفتاة بين طرفة عين وأخرى تستوى كل موازين الحياة: لتصبح فى مجتمع مثالى فلا تجد مكاناً للغش والكره والحقد فى نفوس البشر، وتجد السعادة والأمل غامراً لوجوه الفلسطينيين جميعهم المنهكين فقراً وظلماً واحتلالاً.

تحلم أن تعوداً يوماً لمدينة يافا وبيت أجدادها وأن تنعم بالحرية، تقول إيمان:"تلك أحلام وأمنيات قد يشترك فيها معى كل من هو فلسطينى" ولكن أمنياتى الخاصة تتلخص فى إنهاء الثانوية العامة بنجاح لاستكمال الدراسة الجامعية، ومن ثمَّ الحصول على وظيفة محترمة؛ لتقوم بدورها فى تنمية المجتمع.

ولا تنفى أنها تحلم بأن تجد زوج المستقبل لتبنى معه أسرة ملؤها الحب، وتنجب أطفالاً يكونون لها قرة عين فى الدنيا والآخرة، وتستكمل: "أحلم أيضاً أن تنتهى أزمات حياتنا فى قطاع غزة، كأزمة الكهرباء، وأزمة الغاز، وأزمة السفر وأزمة البطالة وأزمة الفقر. تحلم الفتاة أن تعيش بلا منغصات تثقل قلبها وفكرها.

خطوات مهمة لتنقل الأمنيات إلى أرض الواقع

يوضح د. محمود القلعاوى - المستشار التربوى - أن المسلم عموماً لا يستطيع أن يعيش من غير أمنيات. فالأمنية أمر مشروع حتى أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: "إذا تمنى أحدكم فلينظر ما يتمنى فإنه لا يدرى ما يكتب له من أمنيته" (رواه أحمد، وحسنه بعض العلماء وضعفه بعضهم). ونرى أن عمر بن الخطاب قال لأصحابه ذات يوم: تمنوا، فقال رجل: أتمنى لو أن لى هذه الدار مملوءة ذهباً أنفقه فى سبيل الله، ثم قال: تمنوا، فقال رجل: أتمنى لو أنها مملوءة لؤلؤًا وزبرجدًا وجوهرًا أنفقه فى سبيل الله وأتصدق. ثم قال: تمنوا. فقالوا: ما ندرى يا أمير المؤمنين. فقال عمر: أما أنا فأتمنى لو أن هذه الدار مملوءة رجالاً مثل أبى عبيده بن الجراح(أورده المتقى الهندى فى كنز العمال نقلا عن ابن سعد). أما عمر بن عبد العزيز فقال: "إن لى نفساً تواقة، ما تمنت شىء إلا نالته، تمنت الإمارة فنالتها، وتمنت الخلافة فنالتها، وأنا الآن أتوق للجنة وأرجو الله أن أنالها" (أورده السيوطى وعزاه للبيهقى).

ويضيف د. محمود أننا إذا ما انتقلنا للفتاة فنقول: إن مرحلة الشباب وما قبلها أجمل فترة من فترات عمر الإنسان.. حيث يخططن ويفكرن كيف ستكون حياتهن المستقبلية.. فى مرحلة مفعمة بالأحلام والأفكار

والأمنيات. فالفتاة تفكر بمستقبل واعد وترسم أمامها أحلامها.. غد أفضل.. غد يحمل الأمل والأفضل..

ولكن حتى ننقل هذا الطموح وتلك الأمنيات إلى أرض الواقع فلابد للفتيات من أن:

أولاً: يضعن أمنياتهن وأحلامهن نصب أعينهن تمامًا.. وهنا يجب أن نؤكد على أن تكون الأمنية نافعة ومفيدة، وبالطبع مشروعة "المؤمن القوى خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف، وفى كل خير. احرص على ما ينفعك واستعن بالله. ولا تعجز، وإن أصابك شىء فلا تقل: لو أنى فعلت كان كذا وكذا. ولكن قل: قدر الله. وما شاء فعل. فإن لو تفتح عمل الشيطان" رواه مسلم.

ثانيًا: لا بد من إصرار وعزيمة لتحقيق طموحاتنا مهما كانت صعبة، وعلى الفتاة أن تبذل طاقتها وجهدها لتحقيق حلمها وأمنيتها، وألا تيأس إذا ما فشلت فى تحقيق طموحها فى محاولاتها الأولى. بل تعيد الكرة مرة بعد مرة.

ثالثاً: من الأمور المهمة أن نسأل أهل الذكر وذوى الخبرة فى المجال الذى نريد الوصول فيه، ومن المهم جداً أن نضع فى اعتبارنا أن عدم تحقق أمنياتنا ليس من سوء الحظ وقد يكون خير لنا. فهى أقدار الله.. والله لا يقدر إلا الخير **﴿وَعَسَى أَن تَكْرَهُواْ شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَى أَن تُحِبُّواْ شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللّهُ يَعْلَمُ وَأَنتُمْ لاَ تَعْلَمُونَ﴾** (سورة البقرة).

دور الأهل والمدرسة عظيم فى تحقيق أمنيات الفتيات

أما عن دور المدرسة والأهل فى تحقيق أمنيات بناتنا فيشير د.محمود إلى أن مهمتهم عظيمة. فكلاهما قد يقتل هذا الطموح وقد ينميه

ويخرجه للنور. فالإثابة والتشجيع والتحفيز عوامل أساسية تفتح لفتياتنا سبيلا من أعظم سبل تربية المبدعين.. وتفجر بداخلهم الطاقة والعزيمة؛ من أجل تحقيق الذات والوصول للأمنيات وتحويلها لواقع معاش.

■■■

11

ارشادات للبنات قبل

الارتباط بفتى الأحلام

يجب مناقشة الكثير من المواضيع قبل الشروع فى الزواج حيث أنه من الأفضل أن تكون جميع المواضيع الجوهرية قد تم بحثها وبصراحة متناهية من قبل الشريكين قبل الإقدام على خطوة الخطبة والزواج، فعند ارتباطك بشخص تحبينه يجب أن تعرفى الكثير عنه بحيث يمكنك أن تعيشى معه طوال سنوات الزواج الطويلة.

١ ـ اسأليه لماذا يريد الارتباط بك؟

إذا كان يريد أن ينجب أطفال أو كان جوابه أنه مقدم على الزواج بسبب الوحدة أو أنه يسعى للاستقلال عن عائلته أو أنه يسعى للرخاء المادى فإن تلك الأسباب لا تعد كافية للزواج، يجب أن تعرفى منه ماذا تريدان من الحياة كزوجين معا؟

٢ ـ استفسرى أكثر عن حياته الأسرية، هل عائلته مسيطرة؟

بمعنى هل يتعين عليك أن تتواجدى كثيرا فى منزل العائلة؟ ولا تنسى أن تتبينى ما هى التقاليد والعادات التى سيجلبها إلى منزل الزوجية؟ استفسرى بالضبط عن أولوياته بالحياة وما هى نظرته فى موضوع إنشاء العائلة؟

٣ـ موضوع الأولاد

استفسرى عن عدد الأطفال الذين يرغب بإنجابهم، وما هى طريقته فى تربيتهم؟ اعرفى أكثر عن مدى الحرية التى سيسمح بها فى منزله.

٤ـ اعرفى منه مدى ميوله الدينية

أى هل سيكون متزمتا فى موضوع فرض طقوس العبادة عليك وعلى أطفاله، من المهم جدا التكلم بصراحة وانفتاح لأنك قد تكتشفين بعد فترة أنك غير قادرة على التعامل معه لمجرد اختلاف فى المعتقد أو وجهة النظر للدين.

فمثلا قد تكونين تمارسين طقوس العبادة ويكون هو غير ملتزم بأى ديانة أو العكس، هذا الأمر قد لا يبدو فى البداية موضوع خلاف والسبب بسيط وهو أنك تحبينه جدا ولا ترين إلا نقاط الاتفاق بينكما.

٥ـ موضوع اتخاذ القرارات

هل سيقوم هو باتخاذ القرارات الحاسمة فى الحياة أم أنها ستكون ثمرة نقاش مشترك بينكما؟ هل بإمكانكما أن تديرا نوعا من الحوار الجدى دون أن ينتهى الموضوع بمشكلة؟

جميع هذه الأمور والكثير غيرها هى الأساس لعلاقة صحيحة بين أى شخصين يفكران بالارتباط، لذلك خصصى بعض الوقت أثناء الخطبة لمناقشة مثل هذه المواضيع، ولا تحاولى الحصول على سعادة مؤقتة، فمعرفتك لزوج المستقبل قد تعنى سعادة تدوم طوال حياتك الزوجية

السعادة الزوجية وعلاقتها بمرحلة المراهقة:

لفت باحثون بريطانيون الانتباه إلى نتيجة دراستهم لتأثير مرحلة المراهقة على حياة الإنسان لاحقاً، حيث تبين لهم بأنه فى حال كون

الشاب أو الشابة قد عاشا فترة المراهقة بشكل تعيس، فإن حياتهم فى المرحلة المتوسطة من العمر على الأرجح لن تكون أفضل من ذلك. وتوصل الباحثون بالمقابل إلى نتيجة أخرى تقول إن المراهقين الذين أمضوا هذه المرحلة بشكل سعيد فإن احتمالات أن يشهدوا الطلاق فى حياتهم الزوجية لاحقا تعتبر عالية.

وتابع الباحثون البريطانيون حياة نحو ٣٠٠٠ شخص، بدء من ولادتهم فى عام ١٩٤٦ حتى الوقت الحالى، وقد سألوا مدرسيهم عن أوضاعهم عندما كانوا فى الثالثة عشر والخامسة عشر من العمر كى يعرفوا تصرفاتهم ضمن المجموعات التى تواجدوا فيها، وكم كان لديهم من الأصدقاء وما إذا كانوا محبوبين أم لا كما تابعوا موضوع الإشكالات التى تعرضوا لها فى المدارس وفى حياتهم الخاصة

أكثر سعادة.. علاقات أفضل

وقد قيموا خلال مرحلة النضج ليس فقط الحياة الروحية لهم بل أيضا مدى النجاحات التى حققوها فى العمل والنشاطات الاجتماعية التى قاموا بها والعلاقات العاطفية لهم، فتبين لهم أن الذين كانوا فى مرحلة الشباب أكثر سعادة استمر وضعهم بشكل جيد فى المرحلة المتوسطة من العمر وكانت لديهم نجاحات أكثر وعلاقات أفضل

أكثر سعادة... أكثر طلاق

وقد تبين للباحثين بالمقابل أن المجموعة التى كانت أكثر سعادة سجل لديها عدد اكبر من حالات الطلاق، الأمر الذى يمكن، حسب واضعى الدراسة، أن يكون مؤشرا ايجابيا لأنه يتحدث عن أن هؤلاء الناس لديهم احترام لأنفسهم وثقة بالنفس أكبر وأيضا لديهم الشجاعة.

الحرية والاستقلال لدى البنت:

مع بداية المراهقة تشعر الفتاة بأنها قد نضجت وأصبحت راشدة وترغب فى الاستقلال والانطلاق بعيداً عن محيط الأسرة، وهذا أمر مشروع ما دام فى إطار المعقول ولكن الأسرة فى مجتمعنا فى أغلب الأحيان لا تعترف بنضوج الفتاة مادامت لم تتزوج ولا يسمح لها بالتصرف بأى شى فنجد الاسرة تتصرف مع الفتاة على انها ضيفة فى البيت، فتجد الفتاة أن المتنفس الوحيد أمامها والذى يحفظ لها حداً أدنى من الحرية الشخصية هو الاستقلال بالحجرة.

فتعتبر حجرة الفتاة هى عالمها الخاص الذى تشكلة بمحض ارادتها فمن خلالة تفرض

سيطرتهاوشخصيتهاوتضيق الفتاة بمحاولات الأهل المستمرة لاقتحام عالمها وفى نفس الوقت يشعر الأهل بالقلق عندما يقفل باب الججرة، وينصح الأهل أن يتفهموا هذه الحاجة النفسية لدى الفتاة لأن الفتاة لا تغلق الباب لأنها تخطئ بالضرورة، كذلك عليهم أن يتوقفوا عن القلق إزاء التصرفات غير المألوفة التى قد تقوم بها لأنها غالباً ما تمارس هذه التصرفات رغبة منها فى اللاوعى، لاكتشاف ذاتها وإيجاد الهوايات الكامنة داخلها وهى ستقلع عن هذه التصرفات فور توافقها مع نفسها ورغباتها وتطلعاتها فى المستقبل القريب، فالفتاة ترى ان منحقها ان يكون لها خصوصيات يجب ان تحترم من جانب اسرتها، فقد تغلق الفتاة الباب على نفسها لقراءة كتاب رومانسى فترى ان من حقها ان تكون بمفردها حيث الخيال الرحب والاستقلال والحرية.

كيف تتخلصين من آثار الحب الكاذب؟

مرحلة المراهقة وما فيها من تغيرات سواء التغيرات النفسية أو الجسدية لها تأثير بالغ على سلوك المراهقين والمراهقات، فالحساسية

المفرطة والشعور بالأندفاغ العاطفى قد تكون من اكثر التغيرات النفسية التى يشعر بها الشباب والبنات بمرحلة المراهقة، حيث نجد المراهقين والمراهقات حساسون الى ابعد حد خاصة فى الأمور المتعلقة بالمشاعر والأحاسيس، فكثيرا ما نرى فتاة فى مرحلة المراهقة تجد نهاية العالم قد حلت عندما تصدم فى صديقة لها أو فى شخص تكن له مشاعر خاصة.

عادة الفتاة المراهقة تجد ان كل المشاكل التى تعترضها ضخمة وغير قابلة للحل خاصة الأمور التى لا تستطيع ان تناقشها مع احد والتى تخص مشاعرها، وهذا ما يفسر لنا حزن بعض المراهقات وشعورهن بالأكتئاب عند التعرض لأى عقبة أو مشكلة عاطفية، خاصة اذا كانت المشكلة العاطفية بسبب رفض الطرف الأخر، فكثيرا ما نرى بعض الفتيات بسن المراهقة لديهن علاقات مع الشباب بأسم الحب.

ولأن الحب والبحث عن فارس الأحلام من المواضيع المثيرة والمشوقة للبنات المراهقات، نجد الفتاة تنتظر على احر من الجمر العثور على من يحقق لها حلم المراهقة ويغرقها بالكلام المعسول الذى تهواه كل البنات خاصة البنات بمرحلة المراهقة، فإذا وجدته طارت من الفرحة واصبحت المستمعة الأولى لأغانى الحب والغرام والجرح والخصام، فما احلاها من مشاعر عزيزتى الفتاة المراهقة كلنا بالطبع مازلنا نتذكرها، فأول دقة للقلب بالطبع لها معزة خاصة عند كل البنات.

ولكن بالطبع اول جرح بالنسبة للفتاة المراهقة جرح قاسى، فالفتاة المراهقة تتخيل الكثير من الأحلام الوردية الجميلة وتفاجأ بالصدمة الكبرى فى تخلى الحبيب عنها، ونظرا لصغر سن الفتاة المراهقة وعدم خبرتها فى التصرف فى مثل هذه الأمور نجدها غارقة فى احزانها

والأمها وفى بعض الأحيان تفقد الثقة بنفسها، لذا قررنا اليوم عزيزتى المراهقة ان نقدم لك من خلال" موقع حواء" بعض الحلول للتخلص من اثار الحب الزائف التى تمرى به اثناء فترة المراهقة.

١ ـ عزيزتى المراهقة اعلم ان الصدمة وخيبة الأمل والتساؤل الدائم من السبب؟ ولماذا؟ من الأسئلة التى تراود ذهنك بصفة مستمرة ولكنها للأسف لن تأتى بأى نتيجة سوى زيادة شعورك بالألم والحسرة، لذا احرصى على التخلص من كل المشاعر السلبية التى بداخلك فالأحتفاظ بها لن يفيد، فكونى ايجابية وانسى الماضى بكل ما فيه سواء ذكريات جميلة أو سيئة.

٢ ـ عزيزتى المراهقة اعلم انك تودى التعرف على سبب لرفض الطرف الأخر لك، ولكنى انصحك بعد البحث كثيرا عن الأسباب، فقد لا يكون هناك سببا اساسا سوى ان الطرف الأخر كان يهوى شغل وقت فراغه معكى بأسم الحب، فلا تشغلى بالك بالأسباب واتخذى من المواقف عبرة وخبرة وتعلمى من اخطائك، واعلمى ان من لا يخطأ لا يتعلم.

٣ ـ عزيزتى المراهقة ثقى بنفسك فمازلتى صغيرة امامك الكثير لتعرفيه فى هذه الحياة، فخبراتك مازالت محدودة، فنصيحتى لك الا تحكمى على المحيطين بنظرك المحدود واتركى الأيام تعلمك ما كان يكن لك الغير، واعلمى ان الأسباب التى قد دعت هذا الشخص لرفضك قد تكون هى نفس الأسباب التى يختارك بسببها الشخص الجديد بك.

٤ ـ عزيزتى المراهقة من الفشل نتعلم النجاح ونتعرف على مذاقه، فالتجربة خير برهان على التعلم ولكن لابد ان نتعلم من الأخطاء

التى نقع بهـا ولا نجـعلهـا تمر مـرور الكرام، فـإذا كنتى مخطئة فأعترفى بخطأك فلا داعى للهروب.

٥ - عـزيزتى المراهقـة التسـامح والغفـران اولى خطوات التـخلص من المشاعر السلبية التى تشعرى بها، لذا حاولى التركيز على هواياتك المحببة فقد يكون لها اكبـر الأثر فى نسيان ذكريات الماضى السيئة ولا تحاولى تعذيب نفسك بسماع الأغانى المحزنة الخاصة بالوداع والفراق والخيانة فهى تعمل على تجديد الأحزان.

لحظات طيش البنات

الحب الاول أسطورة الفتـيات المراهقـات، فكل فتـاة ترسم فى خيـالهـا صورة لفـارس الاحـلام وسـرعـان مـا تحـاول تجسـيد هذه الصـورة لأقـرب المقـربين لهـا أو لعـائلتهـا، فقـد يكون ابـن الجيـران أو صـديق الاخ أو زمـيل المدرسـة أو ابن العم أو ابن الخـالة، فتبدا الفتـاة فى صب كل احـاسيسـهـا ومـشـاعـرهـا تجـاه هذا الشـخص. ومن ثم تعـتبـره فـارس الأحـلام الذى تنتظره منذ ان تفتحت مشاعرها واحاسيسها الانثوية، والنتيجة فى كثير من الاحـيـان هـى فـقـدان مـشـاعـر الحب والالفـة والتـعـود بمـرور الزمن وادراك ان مـا كـان بين الفتـاة والشـاب مـجـرد تعـود أو تفـريغ لمشـاعـر عـاطفية كان السبب فى وجودها المرور بمرحلة المراهقة وقد يكون ايضا بسبب تطور فى الشخصية ودخولها فى طور النضج مما يؤدى فى احيان كثيرة نسيان الموضوع بأكملة واعتباره لم يكن والتندر بة فى حالة تذكرة. وجدير بالذكر أنه فى بعض الاحـيان قد ينمو ويتـرعـرع هـذا الحب بين الطرفين ويكلل بالارتباط فيما بعد وهذا يعتمد على مدى نضج شخصية الشـاب والفـتـاة ودرجـة اتزانهم وأخـذهم للأمـور مـأخـذ صـدق، فـهناك

العديد من قصص الحب التى نشات فى الطفولة ولم تكلل بالارتباط لعدم رغبة الطرفين فى الاستمرار واعتبار ما مروا به لحظات طيش، فالاختيار لم يكن مبنيا على اسس قويمة من البداية لذا لم تكتب لهذه العلاقة الاستمرار والنمو والعكس صحيح فمعظم قصص الحب التى بدات فى الطفولة واستمرت حرص طرفاها على الاختيار السليم من البداية كما حرصوا على نمو العلاقة وتطورها تطورا سليما وهذا نادرا ما يحدث فى علاقات الحب الطفولى.

■ ■ ■

12

شبح العنوسة



قد تكون الفكرة المسيطرة على الفتاة هى أن سن الزواج المناسب ما بين ١٨ و٢٢ عاماً، ولكن الغريب فى هذه الفكرة أن الفتاة تبدأ تشعر بالقلق حتى وهى فى سن المراهقة إن لم يتقدم أحد لخطبتها.

وتبدأ الفتاة تطرح على نفسها عدد من التساؤلات:هل أنا لست جميلة؟ لماذا لم يتقدم أحد لخطبتى؟ هل سيفوتنى قطار الزواج؟ وغيرها من الأسئلة والشكوك.

ولعل ما يزيد الأمور سوءاً والشكوك لدى الفتاة هى الأحاديث التى يتم تداولها داخل المدرسة وبين الأصدقاء والتى تتطرق لهذه المسألة الحساسة، كأن تسمع الفتاة أن صديقتها بتقدم لها عدد من العرسان، وأن قريبتها وفى مثل عمرها قد خطبت ووجدت فارس أحلامها، وغيرها من الحالات والمواقف التى تصادفها الفتاة يومياً.

ولكن كيف تتخلص الفتاة من هذه المشاعر وكيف تدرك أنها مازالت صغيرة وأن المستقبل أمامها؟

- أولا يجب على الفتاة أن تدرك بقرارة نفسها أن هذا التفكير خاطئ وأنها تعيش ضمن فكرة واهمة.

- أفضل بداية هى أن تصارح الفتاة أمها بما تشعر به وأنها تتمنى الزواج من شخص مناسب فبعض الفتيات يفضلن الزواج عن العمل والدراسة.

- بعد أن تصارحى أمك من المؤكد أنها ستتفهم مشاعرك وترشدك الى الطريق الصحيح.

- انظرى حولك وحاولى أن تفكرى بشكل أعمق فالحياة ليست عرساً وفستان زفاف وشهر عسل بل الحياة بها أشياء جميلة يجب أن تفكرى فى تجربتها.

- اشغلى وقتك بأشياء مفيده ولا تحصرى تفكيرك بها الأمر حاولى أن تتعلمى أشياء جديدة وأن لا تزكزى فقط بشئ واحد.

حب الماسنجر والشات

حب المسنجر هو حب وهمى وخداع لان ٩٨٪ من علاقات المسن علاقه فاشلة، فقط ١٪ تنتهى بالخطبه ثم تفشل، و١ ٪ اخر ينتهى بالزواج. اريد ان اسأل الشباب والبنات، كيف تحبون من وراء الشاشة تحبون اشخاص لا تعرفونهم ولم ترونهم ولا تعرفوا اى شى عنهم يمكن بعض المعلومات بالغالب تكون خاطئة.

شخصية والف قناع بنفس الوقت تجده ذلك الشاب الشهم الشجاع العاشق الصادق لكنه فى نفس الوقت ذئب خداع مكار كاذب يسعى فقط لايقاع اكبر من البنات فى حباله وهذا الكلام ينطبق على الفتاة لان هناك الكثير من الفتيات يقمن بالتسلية على الشاب وان الفتاة والشاب فى خندق واحد للاسف الشديد اصبحنا نرى اليوم فتيات صغيرات مراهقات يعشقن ويحبن، منها من تريد ان تنتحر من اجل حبيبها الذى تركها، والاخرى محتارة بحب ابن صفها أو احد اقرباءها، ومنها من تريد

ان تهرب مع حبيبها وتنسى اهلها الذين علموها وربوها تريد ان تضع رأس ابيها وسمعته فى التراب، ومنها من تحب خطيب اختها .. الخ......

اغلب المشاكل تتحدث عن الحب ومشاكله بحيث بعض الفتيات تكون مشكلتها بان اهلها غير موافقون على حبيبها أو اهله غير موافقون والغريب ان بعض المعقبين ينصحوها بان تضحى من اجل الحب، ان تحارب، ان تتحدى كل شخص يعترض حبها.

اريد أن اسأل كل معقب تحارب من، تحارب أهلها أبيها وأمها وأخوتها وعائلتها الذين ربوها علموا وتعبوا عليها من أجل حبيب عرفته منذ ايام أو اشهر. تتحدى من، تتحدى اهلها واخوتها من اجل حبيب، تضحى بماذا تضحى بشرفها سمعتها كرامتها من أجل حبيب كيف لك ايتها البنت أن تنسى عشرة عمر مع أهلك تنسى ١٨ أو ١٩ أو ٢٠ سنة عشتيها مع اهلك من أجل أيام أو أسابيع أو شهور مع الحبيب، المدة الطويلة التى عشتيها مع أهلك يجب أن لا تنسى ولا تؤثر عليها أيام أو أسابيع عشتيها مع حبيبك على المسنجر أو التليفون..... أتريدين أيتها البنت وضع رأس أبيك فى التراب.

هل تعتقدين ان حب الماسنجر وهمى؟

لكل فتاة مراهقة صدمتها مشاعر الحب اليك هذه النصائح:

يا بنات ماذا ستختارين الحب أم الكبرياء؟

احذرن يا بنات فخ الشيطان

كثيرا ما نسمع العديد من القصص بطلتها مراهقة قد غرر بها ذئب بشرى باسم الحب، فى كل مرة نتسائل:

ما السبب؟؟ والإجابة غالبا متفق عليها وهى ان الفتاة هى المسؤلة الأولى وقد تكون الاخيرة عما حدث.

وبرغم اختلاف القصص واختلاف المواقف الا ان الاسباب تظل راسخة فى ذهن معظم الناس، اليوم قررت مناقشة هذة القصة من زاوية اخرى.

فالقصة تبدا دائمابفتاة فى مرحلة المراهقة.. طاهرة القلب.. لم تسمع بالأشرار.. أو سمعت بهم دون أن تراهم أو تحادثهم..

كان أبوها جاف العواطف، يخاطبها بصفة رسمية، إنه يبتسم أحيانا، لكنه منذ بلغت ابنته التاسعة من عمرها بدأ يخاطبها بأسلوب الأوامر، لم تسمع منه يوما كلمة حانية ورقيقة، أما أمها فمما يحسب لها أنها حريصة جدا على تعليم ابنتها شؤون المنزل والضيافة وكذلك الحياء.

لقد كان ينتابها شعور أحيانا ـ بأنها عادية الجمال، وغير لافتة للنظر، فكرت بالزواج وأنه استقلال وتربية أولاد ومشاكل، رأت مسلسلات تلفزيونية، فتعرفت على شىء اسمه (الحب)، فتمنت أنها فى بيئة غير بيئتها الصحراوية ذات الجفاف العاطفى.

دق عليها جرس الهاتف وهى تذاكر ليلا:

ـ أهلا بهذا الصوت العذب الجميل.

ـ أنا شاب مهموم و.....!

ـ أغلقت السماعة فى وجهه، لكن ضميرها بدأ يؤنبها بأنها أخطأت فى حقه، وبأنه هو الوحيد الذى ذكر لها أنها رقيقة، جميلة..!!

ـ ألم أقل لكم إنها طاهرة القلب؟!!

ـ اتصل ثانية فردت عليه ووقعت فى شراكه........إلخ، القصة.

نعم إنها قصة مكررة ومعروفة.. لكن:

هل التمسنا أسبابها من جميع الجوانب؟!

وهل فكرنا فى أن نطرق أسبابا أخرى غير ما نكرره من إلقاء اللوم على الشباب والفتيات؟!

وما هى الأساليب التى كانت سببا فى سهولة وقوع فتيات الطهر والعفاف فى شراك شياطين الإنس؟!

ألم نفكر يوما فى دورنا نحن فى القضية....!!!

لست أزعم هنا أننى سأتعرض للأسباب، ولكنى أكتفى بذكر سبب واحد فقط

إنه الجفاف الصحراوى فى عواطفنا نحو أبنائنا..

نعم (الجفاف العاطفى) نحو أبنائنـــا..!!!

ألم يكن من الممكن أن نتعامل مع أبنائنا المراهقين والمراهقات بشىء من العاطفة والمديح فى جوانب يستحقون المديح فيها، حتى لو كانت فى المظهر؟

إن شيئا من الثناء على من يُنَشَّأ فى الحلية (البنت) فى شعرها أو قسمات وجهها أو ثوبها كفيل بأن يلبى رغبة هذه الفتاة فى العاطفة، ويجعلها أكثر نفورا من الأصوات المبحوحة التى تريد إلقاءها فى شرك الغزل، والشىء نفسه نقوله فى التعامل مع الأولاد...!

دخلت فاطمة رضى الله عنها ـ على رسول الله ـ صلى الله عليه وسلم ـ فقام إليها، وقبلها وأجلسها مكانه، إنها ثلاث أشياء نفتقدها فى التعامل مع أبنائنا، تأمل قليلا.. (قام إليها).. (قبَّلها).. ولم يقل لها قبلى رأسى!! بل (أجلسها مكانه).

فداك أبى وأمى يا رسول الله ما أروعك..

وفى موضع آخر يذكر عليه الصلاة والسلام أنها بضعة منه يريبه ما يريبها، يقوله أمام الناس.

ولما رغبت فى الخادم ولم تجده عند عائشة جاء إليها بعدما علم بخبرها، وتأمل معى قليلا كيف دخل وكيف جلس: حيث جلس بينها وبين زوجها على رضى الله عنهما ـ حتى أحسا برد أصابعه، ثم قال " لهما بأسلوب رقيق: ألا أدلكما على ما هو خير لكما من خادم؟ سبِّحا الله ثلاثا وثلاثين واحمدا الله ثلاثا وثلاثين، وكبراه ثلاثا وثلاثين. أو كما ورد.

كما أنه ـ عليه الصلاة والسلام ـ يجعل عائشة رضى الله عنها ـ تنظر إلى صبيان الحبشة فى المسجد يلعبون من وراء ظهره، فلا يتركها حتى تكون هى التى تطلب ذلك.

ثم هو يقبل الصبيان، ويحملهم فى الصلاة، وفى الخطبة أمام جماهير المصلين!!!! ويلعب معهم و.....الخ.

كم نحن بحاجة إلى مثل هذه التعاملات الرقيقة التى تجعل لنا أمام أبنائنا قبولا فيما نلقى إليهم من توجيهات، وتعرفهم على مدى القرب والمحبة التى نكنها لهم.

وما يجرى على الفتاة يجرى قريب منه على الابن.

وإن مثل تلك الفتاة التى تحدثنا عنها آنفا كثير، ممن تعيش فى بيتٍ أهلُه صالحون، لكن لها رفيقات يزيِّنّ لها محادثة الشباب، ثم إذا سمعت صوت الشاب فرحت بذلك، لأنها لم تسمع يوماً كلمةً عاطفيةً من أبيها...!!، واستساغت سماعها من الغريب قبل القريب.

وأضيف الى دور الأب دور الأم فالام هى مصدر الحنان والعاطفة

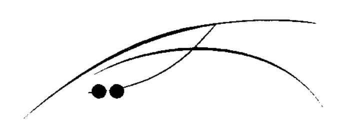
نرى محبة الأب والأم محبة كامنة داخلية لا يظهرها أيًا منهم للابناء الا وقت حدوث شىء أو قلق أو ما شابه.

لم لا نشبعهم بالحنان والعطف الظاهرى والمعنوى معا؟

اعتقد هذا سيكون له اثر اكبر فلنقترب لأبنائنا المراهقين والمراهقات ونشعرهم بالحنان والعاطفة

■ ■ ■

13
مشاكل البنات وأسباب
علاقتهن بالشباب



هل يستطيع الشاب امتلاك قلب الفتاة والتلاعب بعواطفها؟

" هذا سؤال كان يطرح نفسه عليَّ كثيرا، خصوصا عندما أسمع أو أقرأ قصة مؤلمة لفتاة وضعت نفسها فى موقف لا تحسدها عليه، ثم أجد أنها هى من مكنت هذا الشاب من أن يتمتع بها ويأخذ منها ما يريد!

ما هى الأسباب التى جعلت هذه الفتاة تثق فى شاب غريب عنها؟!

وكيف وصلت الثقة به إلى أن تكلمه كما تكلم الزوجة زوجها؟!

وتكون الطامة عندما تصل بها الثقة به إلى أن تهديه شرفها بالحرام..

أتساءل وأنا أسمع هذه القصص:

أين عقل هذه الفتاة؟ وكيف تسمح لنفسها بأن تفضح أهلها وتدنس شرفهم وهى تجرى خلف الأوهام ووعود الزواج؟

وكيف استطاع هذا الشاب أن يتلاعب بعواطفها إلى درجة أن استسلمت له حتى أنها نسيت الفضيحة فى الدنيا قبل الآخرة؟ ونسيت أن لهذا اللقاء المحرم نتائج من أقلها الحمل سفاحاً، وعدم الزواج طول عمرها لأنها لن تجد من يتزوجها وهى ثيب دون أن تتزوج.

وكان الدافع الذى يحثنى على كتابة هذا الموضوع هو أن ما نسمعه من قصص ما هو إلا الجزء الأخير منها، وأن هناك ـ ولا بد ـ أسباباً جعلت هذه الفتاة العاقلة تقع فى مثل هذا المنزلق الخطير.

وسأحاول فى هذا الموضوع أن أسلط الضوء على الأسباب لهذه العلاقات المحرمة..

وسيكون حديثى عنها فى ست نقاط رئيسة:

١ ـ مدخل....

٢ ـ نظرة الشاب للفتاة ونظرة الفتاة للشاب... الفرق بين النظرتين

٣ ـ أهم المشاكل التى تعانى منه الفتاة:

(أ) الاكتئاب....

(ب) الكبت....

(ج) الحاجة للاستماع والتعاطف الصادق....

(د) الحاجة للحب....

(هـ) عاطفة الأمومة....

(و) حب لفت النظر....

٤ ـ طرق الشباب فى التلاعب بعواطف البنات....

٥ ـ كيف تتجنب الفتاة الوقوع فى العلاقات المحرمة؟

٦ ـ همسة فى أذنك يا ولى الأمر.

٧ ـ قضايا لها صلة بالموضوع:

(أ) الرجوع للحق مطلب والتمادى فى الباطل خطأ

(ب) بيدى لا بيد عمرو

(ج) زهرة فى غابة

(د) الحب المستحيل

(هـ) كيف أنساه؟

(و) الزواج قسمة ونصيب.. ولكن!!

٨ ـ خاتمة....

أولاً: وثوق الفتاة فى الشاب لا ياتى بسهولة

١ ـ يجتهد الشاب لفعل اى شىء تجعل الفتاة ان تثق فيه

٢ ـ من حديثه معها يعرف ما تفتقده تلك الفتاة:

(أ) الحنان

(ب) الأهتمام

(ج) الحب والأستماع

لابد أن يعرف أى شىء تفتقده ليعوضه لها، وهذه هى البداية ومن خلالها يلعب على هذا الوتر حتى يكتسب ثقتها يبدأ الأمر بمسكة يد ويتطور الموقف لما هو أبعد بذلك بكثير مع مرور الوقت حتى تفاجأ الفتاة بأنها ليست بكرًا ويهرب الصياد ليوقع بفريسة أخرى.

لابد أن تضع الفتاة فى اعتبارها أمرًا هامًا مهما كان الشخص الذى يحبها محترما فلا تجعله حتى يمسك يدها قبل زواجهما وهذا ضمانا لها حتى تعف نفسها وتحافظ على شرفها.

مشكلة التعامل مع الجنس الآخر:

النوع الأول: بنات بتبعد نهائى عن التعامل مع الجنس الآخر: لأنها شايفة إن كلامها مع الجنس الآخر حرام، وده غلط لأنه مش عيب ولا

حرام إنك تتعاملى مع زميل لك فى العمل أو فى الجامعة، طالما إن التعامل ده فى الحدود المتعارف عليها والمقبولة اجتماعياً.

النوع الثانى: بنات بتتعامل بشكل مفتوح زيادة عن اللزوم مع الجنس الآخر، وبتكون النتيجة إنها بتتعرّض لمشاكل كثيرة نتيجة الانفتاح فى العلاقات مع الجنس الآخر.

وبكده بنلاقى إن الانفتاح والانغلاق زيادة عن اللزوم بينتج عنهم مشاكل كتيرة قوى؛ علشان كده هنتعرّف مع بعض النهارده على مجموعة من القواعد اللى ممكن إنك تحطيها قدامك وأنت بتتعاملى مع زملائك فى العمل..

القاعدة الأولى: مظهرك بيعكس شخصيتك

مظهرك مهم جداً؛ لأنه هو اللى بيعكس شخصيتك وبيدى الانطباع عندك لدى زملائك فى العمل، وعلى أساسه زملائك هيتعاملوا معاكِ، علشان كده يا ريت إنك تحرصى على ارتداء ملابس محتشمة، وتبعدى نهائياً عن الملابس القصيّرة أو المفتوحة أو الشفافة؛ لأنها هتدى انطباع سيئ عنك.. كمان راعى إن ماكياجك يكون بسيط وبلاش تكترى منه، وابعدى عن الإكسسوارات كبيرة الحجم أو اللى فيها ألعاب كثيرة بتعمل صوت أثناء الحركة، وخليكِ دايماً فاكرة إنك رايحة شغل مش عرض أزياء.

القاعدة الثانية: اتعاملى مع الجميع

اتعاملى مع الجميع... طبعاً اللى هتشوف القاعدة دى هتستغرب أوى، وتقول بينها وبين نفسها: "إزاى أتعامل مع الجميع ده كده أنا هاكون

منفتحة أوى"، هاقول لك إن ما فيش أى مشكلة من إنك تتعاملى مع الجميع، بس بشرط إنك تتعاملى معاهم من منطلق الأخوة، يعنى ما فيش مانع من كلمة صباح الخير أو مشاركة الموجودين فى حديث عام مع مراعاة عدم الانفراد بشخص واحد والتحدّث معه أو تأييد وجهة نظره بشدة بدون داعى... كمان بلاش تدى اهتمام زيادة لشخص على عكس الباقى الزملاء الموجودين فى العمل، وخلّى طريقة وأسلوب كلامك مع الكل واحدة.

القاعدة الثالثة: ابعدى عن المجاملات الفردية

ابعدى عن المجاملات الفردية فى المناسبات غير المعروفة لباقى الزملاء: زى مثلاً إنك تقدّمى هدية بشكل فردى لزميل لك فى مناسبة ما خاصة: زى عيد ميلاده بدون مشاركة من باقى الزملاء... ومش معنى كلامى ده إنك ما تكونيش اجتماعية وتبعدى عن الناس لا خليك اجتماعية واشتركى مع باقى زملائك فى إحضار الهدية خصوصاً فى المناسبات المعروفة لدى الكل؛ زى مثلاً الزواج أو الإنجاب أو عيد الميلاد... وخدى بالك إنك لما هتجاملى زميل ما، لا بد من مجاملة الآخرين بنفس الطريقة والمستوى حتى لو كان بينك وبينهم مشاكل لتفادى الشبهات، كمان بلاش تتمادى فى توجيه الكثير من كلمات الإعجاب لزميل لك فى العمل لتفوّقه مثلاً فى عمل ما كلف بيه: لأن موقف زى ده ممكن إن حد يسمعه ويفسّره غلط.

القاعدة الرابعة: بلاش هزار على الفاضى والمليان

يا ريت إنك تبعدى عن الهزار على الفاضى والمليان مع زملائك فى العمل، أو مع زميل بعينه؛ وده لأن الهزار والضحك على الفاضى والمليان

ممكن إنه يقلل من شأنك.. ومش معنى كلامى إنك تقعدى مكشرة، لكن اضــــحكى وهزرى بس لما يكون فى داعى لكده، ويكون كل الزمــــلاء مشتركين فى الهزار ده، وخدى بالك إنك تبعدى نهائى عن موضوع الهزار بالإيد أو الهزار فى موضوعات خارجة عن حدود الأدب أو أى هزار يكون فيه كلام ساخر عليكِ أو على حد؛ لأن ده ممكن يكون سبب لرفع التكليف بينك وبين اللى قدامك، ولو لقيتِ حد بيهزر بالطريقة دى اعملى نفسك ولا كأنك سامعة حاجة وإنك وراكِ شغل ومش فاضية للكلام ده.

القاعدة الخامسة: ابعدى عن الأحاديث الخاصة

ما فيش أى داعى إنك تتكلمى مع زميل لك فى موضوعات خاصة بيكِ زى ظروفك حياتك الخاصة أو أنه يتكلم معاكِ فى ظروف حياته الخاصة بحجة إنك بتستريحى لرأيه؛ لأن النوع ده من الحديث عادة ما بيكون السبب فى توطد العلاقة بشكل غير لائق، كمان ممكن إنه الشخص اللى حكيتى له يستغل الكلام ده بشكل يسىء لك أو أنه يعرف نقاط ضعفك وبالتالى يستغلك من خلالها.

القاعدة السادسة: ابعدى عن جلسات النميمة

أحياناً فى مجال العمل بتلاقى مجموعة من الزملاء كل مهمتهم هى النميمة على باقى الموجودين، يا ريت إنك تبعدى عن جلسات النميمة دى، وده لأن عادة الموضوعات اللى بيتم الحديث فيها فى مثل هذه الجلسات موضوعات لا تصلح للمناقشة، بالاضافة إلى أن وجودك فى مثل هذه الجلسات يسىء لك ولشخصيتك، بالإضافة إلى أنك فى يوم من الأيام هتلاقى نفسك محور هذه الجلسات.

القاعدة السابعة: اتكلمى قدام الناس كلها

يا ريت إنك لما تتكلمى مع زميل لك يكون الكلام قدام الناس كلها بعيد عن الأحاديث الجانبية، إلا إذا كانت ظروف العمل هى اللى بتستدعى ده، وتكون الناس كلها عارفة طبيعية علاقة العمل اللى بتجمع بينك وبين هذا الزميل، وده علشان تتقى الشبهات.

القاعدة الثامنة: اتصرّفى بحزم

لو لقيتِ أى تجاوز من أى زميل لك فى العمل يبقى اتصرفى بحزم وشدة؛ وده علشان توقفى الشخص المتجاوز عند حده، وخدى بالك إن السكوت أحياناً ممكن يكون سبب فى إن الشخص ده يتمادى فى تجاوزاته، وبكده بيكون الحزم مهم جداً حتى لو قطعتى أى كلام نهائى مع هذا الشخص.

ووفقاً لهذه القواعد تستطيعين أن تتعاملى وأنتى واثقة من نفسك وواثقة إن ما فيش أى حاجة تسىء ليكِ ولشخصيتك..

كيف تنجحين مع الآخرين؟:

إن الاجتماع الصحيح على الأهداف لابد أن يؤدى للإنجاز والنجاح العظيم، فشتان ما بين قوة العصا وهى منفردة، وما بين قوتها إذا انضمت إلى أخواتها:

تأبى السهام إذا اجتمعن تكسراً   وإذا افترقن تكسرت آحاداً

سمات الفريق الفعال:

١ ـ له رسالة ورؤية وأهداف واضحة.

٢ ـ التعاون والتكاتف بين أعضاء الفريق.

٣ ـ الشورى بينهم فى جميع الأمور.

٤ ـ احترام الخلاف فى الرأى.

٥ ـ وجود علاقات وروابط قوية بين أعضاء الفريق.

٦ ـ وضوح الأدوار والمسئوليات لجميع أعضاء الفريق.

٧ ـ التشجيع على الإبداع والابتكار.

صفات العضو الفعال فى الفريق:

١ ـ تحمل المسئولية: يجب على الفرد أن يستشعر المسئولية الفردية والجماعية، وذلك بأن يستشعر أن عدم تحقيق المجموع للهدف المطلوب إنما يرجع إلى تقصيره هو؛ لأنه مسئول عن تحقيق هدف المجموع مع الآخرين وليس مسئولًا عن تحقيق دوره فحسب.

٢ ـ الانضباط والالتزام: لابد أن يكون لدى الفرد القدرة على الالتزام بما يحب ويبغض: ليكون صالحًا للعمل الجماعى.

٣ ـ نحن قبل أنا: فمصلحة الفريق دائمًا مقدمة على مصلحته الشخصية، إذا حدث بينهما تعارض.

٤ ـ الاحترام والتقدير لبقية أعضاء الفريق: فلابد أن يلتزم أعضاء الفريق معًا بأدب الحديث وطيب الكلام؛ حتى تتحقق الألفة ولا يوقع الشيطان بينهم؛ وكما قال تعالى: ﴿**قُلْ لِعِبَادِى يَقُولُوا الَّتِى هِىَ أَحْسَنُ إِنَّ الشَّيْطَانَ يَنْزَغُ بَيْنَهُمْ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلْإِنْسَانِ عَدُوًا مُبِينًا**﴾ «الإسراء: ٥٣».

٥ ـ تجنب الغيبة: ورحم الله الفضيل إذ يقول: (إذا ظهرت الغيبة؛ ارتفعت الأخوة) «حلية الأولياء، أبو نعيم، (٣/٣٩٥).

٦ ـ إحسان الظن ببقية أعضاء الفريق: إحسان الظن صمام أمان رئيس للفريق، يحفظه من أية مؤامرة تفريق أو تفكيك؛ وقد قال تعالى: **﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلاَ تَجَسَّسُوا وَلاَ يَغْتَبْ بَعْضُكُمْ بَعْضًا أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَحِيمٌ﴾** «الحجرات: ١٢».

تدريبات عملية:

١ ـ تكوين فريق: اتفقى مع خمسة من صديقاتك على تكوين فريق لعمل نشاط داخل المدرسة أو خارجها؛ مثل: فريق لعمل أنشطة رحلات، خدمات اجتماعية، محاضرات دينية، أبحاث علمية، أنشطة ثقافية.

٢ ـ رسالة الفريق ورؤيته: اتفقى مع فريق عملك على وضع رسالة الفريق ورؤيته وأهدافه.

٣ ـ الضوابط الحاكمة: اتفقى مع فريق عملك على وضع أهم الضوابط والقواعد التى تحكم العلاقات بين أفراد الفريق؛ مثل: وجوب الصدق والشفافية بين أعضاء الفريق.

٤ ـ صفات عضو الفريق: اتفقى مع فريق عملك على وضع أهم الصفات التى يجب أن تتمتع بها عضوات الفريق: مثل الصدق والأمانة والتعاون وتحمل المسئولية وغير ذلك.

الفتاة والقيادة الفعالة للفريق:

القيادة هى عملية تحريك الناس نحو الهدف الدنيوى والأخروى وفق قيم وشريعة الإسلام، ولذا؛ إن هبت رياح من الصعاب والعقبات حينها يُعرف القائد الحقيقى، فالمتشائم يخشى أن تهب تلك الرياح، أما المتفائل

فيتوقع دائمًا أن تهدأ الرياح، وأما القائد فإنه يعدل وضع الشراع ليستفيد من قوة الرياح.

سباعية القيادة الفعالة:

١ ـ معرفة الهدف بدقة: فما هو الهدف الذى تريدين قيادة فريقك نحوه.

٢ ـ الإيجابية والذاتية: فالمحرك الداخلى هو القوة الدافعة لك.

٣ ـ المصداقية: وتعنى الصدق والقدوة وتطابق القول والفعل.

٤ ـ الثقة بالنفس: بمعنى أن تعرفى مهاراتك وقدراتك.

٥ ـ الذكاء: بحيث تجيدين التعامل مع المعلومات وتحليلها بشكل فعال.

٦ ـ التحفيز: وهى القدرة على تفجير طاقات الآخرين وإمكاناتهم.

٧ ـ دقة الملاحظة: ومعرفة ما يجرى فى البيئة المحيطة، واستشعار أية تغيرات ولو دقيقة، وتعديل التصرفات لتناسب تلك التغيرات.

نصائح غالية لقيادة ناجحة:

١ ـ (ساعدى الآخرين على النجاح، واجعليهم يشعرون به، ولا تسرقيه منهم.

٢ ـ ادرسى الأمور جيدًا قبل اتخاذ القرارات حتى لا تتراجعى عنها، فإذا عزمت على أمر فتوكلى على الله، وامضى إليه دون تردد.

٣ ـ احرصى على تنمية خبراتك فى جميع المجالات عن طريق القراءة، والاستماع لخبرات الآخرين، وحضور الدورات التدريبية.

٤ ـ كونى ذات أحلام وطموحات كبيرة، وأكثرى من التعبير عنها للفريق.

٥ ـ تدربى جيدًا على الواجبات المنوط بك تحقيقها.

٦ ـ استخدمى أكثر من أسلوب فى التعامل حسب الموقف الذى تواجهينه: فما يحتاج للشدة عليك فيه بالشدة، والعكس بالعكس.

٧ ـ لا تَبُوحى بكل ما تعرفيه، ولا تكونى سريعة الغضب، بل كونى حليمة ولكن من غير تغافل.

٨ ـ دعى الفريق يشاركك فى وضع الأهداف الخاصة به.

٩ ـ كونى مرحة فى كل ما تفعلين، واعملى على نشر روح الدعابة.

١٠ ـ احرصى على أن تضربى المثل والقدوة بسلوكك وتفانيك فى العمل.

١١ ـ أظهرى لمقوديك اهتمامًا شخصيًا بكل واحدة منهن).

وسائل السعادة والنجاح:

تحملى المسئولية:

وهذا يعنى أن تتخيرى الأفعال والقرارات الصحيحة التى تتواءم مع قيمك ومبادئك، فلا تكونى دائرة مع الأحداث حيث تدور، بل كونى صانعة لهذه الأحداث، فهذا ما أرشدك الله تعالى إليه؛ فقال: ﴿**كُلُّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ رَهِينَةٌ**﴾ «المدثر: ٣٨»، فإن العاقل الكَيِّسَ من دان نفسه وعمل لما بعد الموت، والعاجز المتوانى من أتبع نفسه هواها، وتمنى على الله الأمانى، ولذا كونى مبادرة عزيزتى زهرة، وخذى بزمام الأمور.

دعى التسويف:

فبعض الناس يرون أن المخرج من أية أزمة تواجههم هو التسويف، والحقيقة أن التسويف يزيد من حجم المشكلة ولا يحجمها، إذ أنك بالتسويف تدعين الأحداث والظروف تتحكم فيك؛ ولذا تعوَّدى أن

تحسمى قرارك فى الوقت المناسب، وتوكلى على الله تعالى؛ فهو القائل: ﴿فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ﴾ «آل عمران: ١٥٩».

اتخذى قدوات:

القدوة هى وسيلة رئيسة فى تربية الذات والارتقاء بها؛ ولذلك أمرنا الله عز وجل بالاقتداء بنبيه صلى الله عليه وسلم فقال: ﴿لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَنْ كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا﴾ «الأحزاب: ٢١»، فاجعلى لك قدوة تطبق القيم والمبادئ والإنجازات فى الواقع، وتحولها من الكلمات إلى الأفعال فتظهر صورة النجاح واضحة جلية أمام ناظريك.

لتكن لك رسالة:

الإنسان لا يسعد إلا عندما يجد لنفسه رسالة سامية فى هذه الحياة؛ ولذلك فالمؤمن أسعد الناس قلبًا فى الدنيا والآخرة، إذ أنه يعيش من أجل أعظم غاية يمكن أن يحيا من أجلها البشر؛ ألا وهى: ﴿مَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ (٥٦) مَا أُرِيدُ مِنْهُمْ مِنْ رِزْقٍ وَمَا أُرِيدُ أَنْ يُطْعِمُونِ (٥٧) إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ﴾ «الذاريات: ٥٦ ـ ٥٨»، فاجعلى لنفسك رسالة قيِّمة، واتخذى منها مركزًا لحياتك فتنعمى بالسعادة والفلاح.

قصص الناجحين:

١ ـ يتحدث الدكتور عبد الكريم بكار عن أحد أهم سمات الناجحين والسباقين فيقول: (إن توفر الإرادة الصلبة شرط من شروط السبق وسمة أساسية لكل سبَّاق، فكم من مهمات باءت بالإخفاق الذريع لأن أصحابها لم يكونوا يملكون من العزيمة والإصرار ما يكفى للاستمرار

فيها، وكم من رجال ونساء يملكون قدرات هائلة فى مجالات كثيرة، لكنهم لم ينجزوا شيئًا ذا قيمة لأنهم يفتقدون إرادة العمل وإرادة الإنجاز والعطاء).

٢ ـ ظل الفريق الصينى محتفظًا بالكأس الذهبى لطاولة التنس لمدة طويلة، وفى "أولمبياد" سنة ١٩٨٤م سُئل المدرب عن كيفية تمرين فريقه اليومى؛ فقال: (نتدرب ٨ ساعات كل يوم لنكمل قوانا، فلسفتنا: إنه إذا نمت مراكز قوتك؛ ستستطيع التغلب على نقطة ضعفك).

٣ ـ سُئل "نابليون بونابرت": (كيف استطعت أن تولد الثقة فى نفوسأفراد جيشك؟! فأجاب: كنت أرد على ثلاث بثلاث: من قال: لا أقدر، قلت له: حاول، من قال: لا أعرف، قلت له: تعلم، من قال: مستحيل، قلت له: جرب).

٤ ـ ذات صباح، بينما كان "إديسون" يقترب من مصنعه، اكتشف أن النار قد أمسكت به، أسرع أحد تلاميذه إليه صارخًا: (ماذا سنفعل؟ لقد أتت النيران على المصنع وسوته بالأرض، لم يعد لدينا مال ولا تأمين!)، توقف "إديسون" ثانية ثم قال لتلميذه: (يا لها من فرصة رائعة لبناء المصنع بالطريقة التى نفضلها).

■ ■ ■

12

عندما تحب البنات الجمال



إن الجمال والزينة بالنسبة للمرأة المسلمة أمر فطرى، جبلها الله عليه، وقد اهتم الإسلام بهذا الأمر اهتمامًا كبيرًا، وأباح لها من الزينة ما لم يبح للرجل كالحرير والذهب؛ وذلك لتلبية نداء الأنوثة لديها، قال تعالى: ﴿أَوَمَنْ يُنَشَّأُ فِى الحِلْيَةِ وَهُوَ فِى الخِصَامِ غَيْرُ مُبِينٍ﴾ «الزخرف: ١٨».

الزينة وأحكام الشريعة:

وزينة المرأة من حيث استعمالها ثلاثة أقسام:

١ - زينة مباحة:

وهى كل زينة أباحها الشرع وأذن فيها للمرأة، لكل ما فيه جمالها، ويدخل فى ذلك لباس الحرير، والحلى والطيب العطر، وغير ذلك، وفاعل المباح لا يثاب فاعله بفعله ولا يُعاقب بتركه، إلا أن يكون المباح وسيلة لغيرة من الواجب أو الحرام.

٢ - زينة مستحبة:

وهى كل زينة رغب فيها الشارع، وحث عليها، ويدخل فى هذا القسم سنن الفطرة كالسواك ونتف الإبط، ونحو ذلك كما جاء فى الحديث

(الفطر خمس أو خمس من الفطرة: الختان، والاستحداد، وتقليم الأظافر، ونتف الإبط، وقص الشارب) «صححه الألبانى، صحيح سنن أبى داود، (٤١٩٨)».

والمستحب هو ما يُثاب فاعله ولا يعاقب تاركه.

٣ ـ زينة محرمة:

وهى كل ما حرم الشارع، وحذر منه ونهى عنه وزجر فاعله، ومما تعتبره النساء زينة، كالنمص، والوصل للشعر، ومشابهة الكافرات أو الرجال ونحو ذلك.

عن عائشة رضى الله عنها قالت: (كان نبى الله صلى الله عليه وسلم ينهى عن الواشمة والواصلة والمتواصلة والنامصة والمتنمصة) «رواه أحمد فى مسنده، (٢٥٠٠٩)».

والحرام هو ما يُعاقب فاعله ويُثاب تاركه امتثالاً لحكم الشرع).

أنواع الجمال:

١ ـ جمال الشكل والصورة:

وهو الجمال الحسى؛ فالله سبحانه وتعالى خلق الإنسان فى أحسن صورة، فقال تعالى: ﴿**لَقَدْ خَلَقْنَا الإِنْسَانَ فِى أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ**﴾ «التين: ٤»، ولذا؛ اهتمى بجمال الشكل فإن الله جميل يحب الجمال، ولكن لا تنسى جمال الخلق والدين والأدب.

٢ ـ جمال العقل:

إن التفكير السليم ووضع الأمور فى نصابها من الجمال، وهو من الرزق الوفير الذى يسوقه الله إلى العبد؛ قال الله سبحانه وتعالى: ﴿**وَمَنْ**

يُؤْتَ الحكْمَـةَ فَقَـدْ أُوتِىَ خَيْـرًا كَـثِيـرًا وَمَـا يَذَّكَّـرُ إلاَّ أُولُو الأَلْبَـابِ﴾ « سورة البقرة: ٢٦٩».

٣ ـ جمال الروح والجاذبية: وتتمثل فى الألفة وحسن العشرة مع حسن الخلق وخفة الظل والمرح والابتسامة؛ يقول صلى الله عليه وسلم: (أكمل المؤمنين إيمانًا أحسنهم خلقًا؛ الموطئون أكنافًا، الذين يألفون ويؤلفون) «رواه الطبرانى وصححه الألبانى».

يقول د.عبد الكريم بكار: (الجمال يصبح شيئًا مألوفًا للزوج بعد مدة، والذى يستمر هو جمال الروح وجمال الخلق) «خمسون شمعة لإضاءة دروبكم، عبد الكريم بكار، ص(٧٢) ?بتصرف».

٤ ـ جمال التدين: وهو الجمال المعنوى؛ قال صلى الله عليه وسلم: (تُنكح المرأة لأربع: لمالها ولحسبها ولجمالها ولدينها، فاظفر بذات الدين تربت يداك) «متفق عليه».

كيف أكون فتاة جميلة؟

١ ـ اهتمى بجمال مظهركِ وبزينتكِ: ومن الزينة الحسنة الخضاب بالحناء فى يد الفتاة ورجلها ورأسها، والتكحل بالأثمد لأنه زينة ودواء، والأثمد هو حجر الكحل الأسود، والكحل أفضل من تلك الألوان التى تتلون بلون الثوب وتوضع على الجفن، وهذا له آثاره السلبية على الجفن، والكحل من الزينة الباطنة؛ لأن رؤيته تستلزم رؤية موضعه، ولذا لا يجوز للفتاة أن تبدى هذه الزينة إلا للنساء وللرجال المحارم.

٢ ـ التزين بالحلى مهما كان نوعه: وذلك فى حدود الشرع بلا إسراف ولا مباهاة، ولكن عليها أن تخفى حليها عن الرجال الأجانب، ولا

سيما إذا كان فى يدها وذراعها؛ لأن الحلى زينة، والله تعالى يقول: ﴿وَلاَ يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلاَّ مَا ظَهَرَ مِنْهَا﴾ «النور: ٣١».

٣ ـ اهتمى بشعرك: لأن جمال الفتاة وزينتها فى شعر رأسها، والاهتمام بالشعر يكون بتنظيفه وتمشيطه وتطييبه، وتحسين شكله وهيئته، وخضابه بالحناء.

٤ ـ يجوز استخدام المساحيق وأدوات التجميل للزينة ولكن بعدة شروط:

أولاً ـ ألاَّ تكون بقصد التشبه بالكافرات.

ثانيًا ـ ألاَّ يكون هناك ضرر من استعمالها على الجسم.

ثالثًا ـ ألاَّ يكون فيها تغيير للخلقة الأصلية، كالرموش الصناعية.

رابعًا ـ ألاَّ تصل إلى حد المبالغة المذمومة.

خامسًا ـ ألاَّ تكون مانعة من وصول الماء إلى البشرة عند الوضوء أو الغسل، كالمانيكير، فإذا وضعتها فيجب عليها إزالتها حين الوضوء.

سادسًا ـ ألاَّ تتسبب فى ضياع الوقت وضياع الحقوق، كالصلاة مثلًا.

ومن هنا؛ نفهم أن الفتاة المسلمة تتسم بالأناقة والجمال الأنثوى وحسن المظهر وحسن الهيئة، ونظافة الثياب والأظفار والشعر، وذلك أمام أهلها ومحارمها ونسائها؛ لتكون أكثر جاذبية، وتتغلغل فى قلوب الناس وأفئدتهم، ولتكون قدوة لغيرها من النساء، ولتعد نفسها كذلك لاستقبال الحياة الزوجية بعد ذلك بإذن الله.

فلا تهملى أختى الفتاة المسلمة فى مظهركِ وجمالكِ بدعوى الزهد والتواضع، فرسول الله صلى الله عليه وسلم وهو سيد المتواضعين كان

يلبس اللباس الحسن ويتجمل لأهله وأصحابه، ويرى فى ذلك إظهارًا لنعمة الله عليه، قال صلى الله عليه وسلم: (إن الله يحب أن يُرى أثر نعمته على عبده) «رواه الترمذى وحسنه الألبانى، «مستفاد من كتاب الدور التربوى للوالدين مرحلة المراهقة، حنان عطية الطورى الجهنى»».

الجمال لا يتعارض مع اللبس الشرعى:

اهتمام الفتاة المسلمة بالزينة والجمال لا يتعارض مع الزى الشرعى وهو الحجاب؛ فهو جمال الحشمة والجمال النظيف، الذى يرفع الذوق الجمالى ويجعله لائقًا بالإنسان، ويحيطه بالنظافة والطهر، وهذه هى صفات الزى الشرعى:

١ ـ أن يستوعب جميع البدن.

٢ ـ ألاَّ يكون زينة فى نفسه.

٣ ـ ألاَّ يكون مبخرًا أو مطيبًا.

٤ ـ ألاَّ يكون ضيقًا يصف شيئًا من الجسم.

٥ ـ ألاَّ يشبه لباس الرجال أو لباس الكافرات.

٦ ـ ألاَّ يكون لباس شهرة.

البرنامج العملى:

ـ حافظى على نظافة ثيابكِ وشعركِ وأظافركِ ومظهركِ، واعتنى بتطبيق سنن الفطرة.

ـ اشترى حلى الزينة بدون إسراف.

ـ اشترى أدوات للتجميل بدون إسراف؛ مثل قلم الكحل أو قلم الروج.

ـ مشطى شعرك كل صباح واشترى الأدوات التى تقويه وتحسنه.

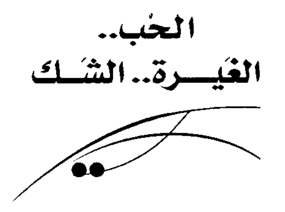
تذكرى يا زهرة:

- أن السعادة الحقيقية إنما تكون بطاعة الله تبارك وتعالى، وعدم إغضابه، وهذه السعادة من علامات الصحة النفسية، ومن أماراتها (الشعور بالسعادة والراحة النفسية لما للفرد من ماضٍ نظيف وحاضر سعيد ومستقبل مشرق، ويتأتى ذلك عن طريق الاستفادة من مسرات الحياة اليومية وإشباع الدوافع والحاجات النفسية الأساسية، والشعور بالأمن والطمأنينة والثقة ووجود اتجاه متسامح نحو الذات، واحترام النفس وتقبلها والثقة فيها، ونمو مفهوم موجب للذات وتقدير الذات حق تقديرها.

وأما الشعور بالسعادة مع الآخرين: ودلائل ذلك حب الآخرين والثقة فيهم واحترامهم وتقبلهم، والاعتقاد فى ثقتهم المتبادلة، ووجود اتجاه متسامح نحو الآخرين، والقدرة على إقامة علاقات اجتماعية سليمة ودائمة، والصداقات الاجتماعية، والانتماء للجماعة والقيام بالدور الاجتماعى المناسب والتفاعل الاجتماعى السليم، والقدرة على التضحية وخدمة الآخرين والاستقلال الاجتماعى والسعادة الأسرية والتعاون وتحمل المسئولية.

■ ■ ■

الحب..
الغَيــرة.. الشَــك



ثلاث معادلات دقيقة جداً ان لم يتمكن العقل فيها من احكام سيطرته على القلب والعاطفة كانت النتيجة الحتمية لاية علاقة حب قائمة هى النهاية والانفصال

سواء كانت تلك العلاقة علاقة زواج أو ما قبل الزواج أو أية علاقة حب أخرى

الغيرة غريزة فطرية طبيعية زرعها الله تعالى داخل كل انسان سليم وهى نتيجة طبيعية للحب العاطفى النقى بين الرجل والمرأة

بل وقد تحصل حتى فى علاقات الحب الشاذة سواء حب الذكر للذكر وحب الانثى للانثى بل وأكثر من هذا فان الغيرة قد تحصل حتى بين الحيوانات.

ولكن ما يهمنا هنا هى الغيرة التى تحصل فى علاقة الحب العاطفى السوى والطبيعى بين الرجل والمرأة.

أرى بأن الغيرة دليلا أكيداً على الحب بين الرجل والمرأة فإن انتفت أو ضعفت عند أحدهما أو كلاهما كان ذلك دليلا على انعدام أو ضعف الحب بينهما أو عند من انتفت عنده الغيرة لكن وبالرغم من كون الغيرة

دليـلا علـى الحب بين الرجل والمرأة الا أنهـا يجب أن تـكون ضـمن حـدود مـعـتدلـة وألا تثـار عند أحـدهمـا الا بحـصـول مـا يسـتوجب اثارتهـا من الاسباب الحقيقية المنطقية.

فان كان الحب يعلو على الغيرة فى أية عـلاقة حب قائمة فان النجاح عـادة يكون حليف تلك العـلاقـة مـالم يعـتريهـا أى من الاسـبـاب ألاخـرى للفشل

وكـان احسـاس الرجل بغيـرة المرأة عليه والعكس أحـسـاسًـا جـمـيـلا ودليلا أكيدًا لديه على الحب.

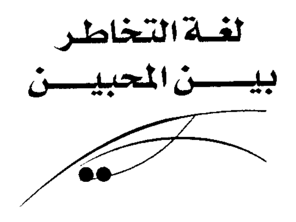
امـا ان كـانت الغيرة تعلو على الحب وتثور وتهيج سـواء لدى الرجل او لدى المرأة لاى سـبب كـان ولو بسيطًـا أو تافهـًـا فهنا تتـحـول تلك الغـريزة الفطـرية من الاحـسـاس الجـمـيل والدليل الاكـيـد على الحب الـى الشك القاتل والمدمر لاية علاقة حب

فالغيرة الخارجة عن الحدود والبعيدة عن الاعتدال والتى تثور وتتهيج لابسط الاسـبـاب قـد تكون شكـًـا بالسلوك أو أحـسـاسـًـا بخـيـانـة الطرف الاخـرحتى وان لم يتـوفـر أى دليل على الخـيـانة وصـدق ذلك الاحـسـاس وتكون النتيجة الاكيدة لعلاقة الحب هى النهاية والانفصال

فالحد الفاصل بين الغيرة المحمودة والشك المذموم والمدمر عبارة عن شـعـرة رقـيـقـة بأنقطاعـهـا تنقطع كل الروابط بين الرجل والمرأة ويمـوت الحب بينهما.

■ ■ ■

لغـة التخاطـر
بيـــن المحبيـــن



التخاطر بين المحبين

حاول البشر وضع نظريات عديدة لتفسير ظاهرة التخاطر لكن هذه النظريات لم تنجح لأن التخاطر يتعدى الزمان والمكان وفسرت على انها موجات تنبعث من المخ شبيهة بموجات الراديو أو الموجات الكهرومغناطيسية ورغم الدراسات العديدة العميقة والمكثفة لظاهرة التخاطر إلا انها لم تخضع للإثبات العلمى. ومعظم حالات التخاطر تحدث تلقائياً خاصة فى الأوقات العصيبة التى يتعرض فيها الحبيب أوالصديق أوالقريب لحادث أو شىء خطير وهنا يشعرالشخص البعيد بالخطرالذى يتعرض له الشخص الآخر كشعور الأم بوقوع حادث لابنها البعيد أو أن يحس انسان بقلق تجاه حبيب يتعرض لموقف قاس فى مكان بعيد حيث تنتقل المعلومات بأشكال مختلفة وتكوّن أفكار تأتى بصورة احلام أو رؤى أو هلوسات أو خيالات ذهنية أو كلمات تقفذ فجأة فى ذهن المتلقى.

وفى تفسير حديث لظاهرة التخاطر تذكر بعض الأبحاث ان الافكار تنتقل من المخ إلى باقى خلايا الجسم عن طريق موجات كهرومغناطيسية ثم تنتقل إلى الفضاء الخارجى بسرعة ستين ألف كم فى الساعة حيث

يتم استقبالها لدى الاشخاص الذين تكون موجات دماغهم متوافقة مع موجات دماغ المرسل، أى الذين تكون أرواحهم وأفكارهم على توافق كامل مهما بعدت المسافات فيحدث توارد وتزامن فى الأفكار لدى الشخصين أى أن التخاطر يحدث بين المتحابين والأصدقاء المقربين وبين الأم وإبنها وغير ذلك من العلاقات الحميمة، أى انه يتم عن طريق الحب والتعاطف هذا وقد تمكن العلماء من تصوير الموجات الكهرومغناطيسية التى تنقل الأفكار بين شخصين بعيدين فى حالة حب عن طريق كاميرا خاصة واظهرت الصور ان هالات الموجات الكهرومغناطيسية للشخصين المحبين تتداخل حتى تبدو هالة واحدة.

اخيراً ورغم وجود فريق رافض لظاهرة التخاطر ويشكك بالنتائج التى توصلت إليها الابحاث العلمية إلا أن العديد من المعاهد والمؤسسات العلمية وجامعات عريقة وموثوقة أجرت تجارب جديدة فى الثمانينات من القرن الماضى خلصت إلى حقيقة مفادها ان العقول البشرية يمكن أن تتواصل مع بعضها واحرزت هذه الابحاث تقدماً كبيراً فى تأكيد ظاهرة التخاطر وإثبات وجودها.

فهل حدث معك انت؟؟

■ ■ ■

المصــادر

- القرآن الكريم.
- اضغط الزر وانطلق، روبين سبكيولاند.
- ٢٠٠حكمة إدارية، د.على الحمادى.
- كيف أصبحوا عظماء، د.سعد سعود الكريبانى.
- مفاهيم قرآنية فى البناء والتنمية، د.عبد الكريم بكار.
- صناعة القائد، د.طارق السويدان، وفيصل عمر باشراحيل.
- حلية الأولياء، أبو نعيم.
- «الدور التربوى للوالدين فى تنشئة الفتاة المسلمة، حنان عطية الطورى.

■ ■ ■

